Этюды о питании

Н. П. Могильный
В. М. Ковалев

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Эта книга не просто сборник современных и забытых кулинарных рецептов, а увлекательный рассказ об истории и культуре питания.

Для детского чтения — сказки разных стран по теме.

- Могильный Н.П., Ковалев В.М
- НЕМНОГО ИСТОРИИ
- ХЛЕБ РЖАНОЙ — ОТЕЦ РОДНОЙ
  - ○ ■
    - ■ Черный хлеб
    - ■ Ситный хлеб
    - ■ Обыкновенный белый хлеб
  - ○ Блины
    - ■
    - ■ Постные блины
    - ■ Блины заварные
    - ■ Сдобные гречневые блины
    - ■ Блины крестьянские
    - ■ Блины красные (пшеничные)
    - ■ Блины боярские
    - ■ Блины царские
    - ■ Блины сметанные
    - ■ Блины кукурузные
    - ■ Блины пшенные
    - ■ Блины яичные
    - ■ Гурьевские блины
    - ■ Блины рисовые
    - ■ Блины сборные
    - ■ Блины картофельные
    - ■ Блины морковные
    - ■ Блины овсяные
    - ■ Блины тыквенные
    - ■ Блины на соде
    - ■ Оладьи кислые
    - ■ Оладьи из манной крупы
    - ■ Оладьи яблочные
    - ■ Оладьи с капустой
    - ■ Оладьи сметанные
    - ■ Блинчики «Неженка»
    - ■ Блинчики с вареньем
    - ■ Блинчики «Загадка»

- Пошехонские блинчатые трубочки
- Блинница
- Блинчатый пирог

- Пироги
  -
  - Кислое тесто
  - Тесто скорое
  - Кислое тесто на растительном масле
  - Сметанное тесто
  - Слоеное тесто
  - Кулебяка
    -
    - Кулебяка по-старинному
  - Расстегаи
    -
    - Расстегаи обыкновенные
    - Расстегай с селедкой
    - Расстегай московский с мясом и яйцом
    - Расстегай московский с грибами и рисом
  - Курник
    -
    - Курник свадебный
    - Рисовый курник
    - Рыбник
    - Ватрушки
    - Пирог медовый
    - Русский слоеный пирог
    - Пирог двуслойный
    - Пирог вишневый
    - Сочни с творогом
    - Сочни северные
    - Шаньги сибирские
    - Шаньги с картофелем
    - Пирог с мясом и яйцами
    - Пирог с грибами и кашей
    - Пирог с капустой и рыбой
    - Пирог с белыми грибами
    - Пирожки закусочные
    - Пирог семейный
    - Паштет из рыбы
- Начинки для пирогов
  - Мясо
  - Птица с яйцом и рисом
  - Ливер

        - Мозги
        - Рыба
        - Визига
        - Рис с грибами
        - Гречневая каша с печенью
        - Свежая капуста
        - Квашеная капуста
        - Морковь со сметаной
        - Творог
        - Яблоки
        - Мак с медом
        - Вишня
        - Черемуха
        - Зеленый лук с яйцом
    - Мучные сладкие блюда
        - Петербургская баба
        - Медовый пряник
        - Пряники аппетитные
        - Левашники
        - Сладкий каравай
    - Каши
        -
        - Каша «пуховая»
        - Каша тыквенная
        - Каша с луком и шпиком
        - Каша пшенная с черносливом
        - Каша пшенная с творогом
        - Каша селянская
        - Каша овсяная
        - Ячневая каша с творогом
        - Пшенный каравай
        - Каша «Дубинушка»
        - Крупеник
        - Гурьевская каша
        - Рецепт каши Захара Кузьмина
    - Пельмени
        -
        - Тесто для пельменей
        - Формование пельменей и их варка
        - Пельмени сибирские
        - Грибные пельмени
        - Пельмени с капустой
        - Пельмени дальневосточные
- КОРОВА ВО ДВОРЕ — ЕДА НА СТОЛЕ

- Сливочное масло
- Сметана
- Творог
- Кефир
- Кумыс
- Сыр
- Блюда из молочных продуктов
  - Бутерброд с сыром, морковью и тмином
  - Бутерброд с творогом и яблоками
  - Бутерброд с творогом, помидорами и тмином
  - Бутерброд с творогом, свеклой и ванилином
  - Бутерброд с плавленым сыром и листьями свеклы
  - Бутерброд с плавленым сыром, морковью и апельсином
  - Бутерброд с брынзой и огуречной травой
  - Бутерброд с творогом и редисом
  - Бутерброд с сыром, яблоком и петрушкой
  - Бутерброд с брынзой, яйцом и майонезом
  - Паста с солеными огурцами
  - Паста со свежими огурцами
  - Паста со свеклой
  - Паста со свежими помидорами
  - Паста со сладким перцем
  - Паста с красным сладким перцем и зеленым горошком
  - Паста с тыквой и яичными желтками
  - Паста с гречневой кашей, творогом и тыквой
  - Паста с кабачками
  - Паста с морковью
  - Паста с морковью и сыром
  - Суп молочный с пшеном и морковью
  - Суп молочный с морковью и творогом
  - Суп молочный с цветной капустой
  - Суп молочный с крупами и овощами
  - Суп молочный с клецками овощными
  - Суп молочный морковный
  - Суп молочный с листьями цветной капусты
  - Суп молочный с морковью и рисом
  - Суп молочный с пшеном и морковью
  - Тыква, запеченная с сыром
  - Творожно-овощная масса
  - Рисовая молочная каша
  - Овоще-крупяная смесь с молоком

- Кабачки, фаршированные творогом
- Свекла, фаршированная грибами и сыром
- Сырники, запеченные с овощами
- Пудинг из творога (запеченный)
- Гренки с сыром
- Каша пшенная с творогом
- Каша рисовая молочная с кабачками
- Каша гречневая с цветной капустой и молоком
- Молоко с морковью и крапивой
- Молочная сыворотка с мятой
- Напиток из пахты с черносливом
- Кефир с томатным соком, укропом и орехами
- Кефир с тыквой и медом
- Кефир со сливками и апельсинами
- Творожные массы
  - Творожная масса с медом
  - Творожная масса вареная
  - Творожная масса заварная
  - Слоенка из творога и хлеба
  - Бабка творожная

- ЯИЧКО К ЗАВТРАКУ
  -
  - Блюда из яиц
    - Омлет с сыром и зеленым горошком
    - Омлет с овощами и творогом
    - Омлет на молоке с грибами и морковью
    - Омлет на молоке, фаршированный грибами
    - Омлет на молоке с яблоками и морковью
    - Яичница-глазунья с луком
    - Яйца, фаршированные сырной массой с зеленью петрушки
    - Омлет с сыром
    - Омлет на молоке с картофелем и зеленью укропа
- ДАРЫ ПРИРОДЫ — ВИТАМИНЫ
  -
  - Грибы
    -
    - Засол грибов
    - Маринование грибов
    - Сушка грибов
  - Блюда из грибов
    -
    - Грибы, жаренные с луком

- Грибы в тесте
- Грибы, тушенные с картофелем
- Рыбник с грибами
- Макароны, запеченные с грибами
- Грибы, запеченные в яйцах
- Грибная солянка
- Белые грибы с помидорами
- Боровики, запеченные в сметане
- Грибная бабка
- Грибы с гренками
- Котлеты из сморчков
- Картофельные булочки с грибами
- Колдуны с кислой капустой и с грибами
- Грибной пудинг
- Запеканка из свежих грибов

○ Ягоды и плоды

○ Ягодная кухня

- Малиновый суп с вишневыми варениками
- Суп из лесной земляники с клецками
- Ягодно-молочная мурцовка
- Ягодный суп с манной крупой
- Скорый яблочно-ягодный суп
- Ягоды с краснокочанной капустой
- Кислая капуста с ягодами
- Яблоки, фаршированные ягодами с кислой капустой
- Ягодный омлет
- Клубника в молочном соусе
- Бруснично-яблочное желе
- Желе из ягодного варенья
- Суфле из ягод
- Мусс ягодно-хлебный
- Морс клюквенный
- Напиток из красной смородины
- Напиток из черники
- Калиновый напиток с душицей, с медом
- Черничный напиток с мятой
- Рябиново-яблочный напиток с медом
- Отвар шиповника
- Отвар из черники и шиповника
- Кисель из клюквы с мятой
- Яблочно-облепиховый кисель
- Клюквенный квас
- Рябиновый квас

        - Шипучка из черносмородинных листьев
    - Желе
        - Земляничное желе
        - Малиновое желе
        - Клюквенное желе
        - Сливочное желе
        - Шоколадное желе
        - «Куриное гнездо»
    - Муссы
        - Яблочный мусс
        - Медовый мусс
        - Клюквенный мусс на манке
    - Пудинги
        - Петербургский яблочный пудинг
        - Пудинг из блинчиков с крыжовником
- ВСЯКОМУ ОВОЩУ — СВОЕ ВРЕМЯ
    -
    - Огурцы
    - Лук
    - Капуста
    - Блюда из капусты
        - Капуста тушеная
        - Фаршированная капуста
        - Капуста с молочным соусом
        - Капуста, жаренная в сухарях
        - Капуста с помидорами и мясом
        - Голубцы с мясом
        - Капустная запеканка с фаршем
        - Запеканка из цветной капусты и творога
    - Репа
    - Блюда из репы и брюквы
        - Репа фаршированная
        - Репа под соусом
        - Пюре из репы
        - Брюква с горошком
        - Брюква жареная
        - Брюква, фаршированная творогом
        - Брюква с медом и орехами
    - Картофель
    - Блюда из картофеля
        - Картофель отварной
        - Картофель в молоке
        - Картофельная каша со шкварками
        - Картофель, запеченный с луком и грибами

        - Картофель жареный
        - Картофель, тушенный со сметаной
        - Картофель, тушенный с помидорами
        - Картофель, тушенный с бараниной
        - Картофель, фаршированный мясом
        - Картофельная запеканка
        - Картофельные оладьи
        - Картофельные пирожки
        - Картофельные ватрушки
        - Картофельные котлеты
    - Свекла
    - Блюда из свеклы
        - Свекла, тушенная в сметане
        - Свекла с яблоками
        - Свекла, фаршированная грибами
        - Свекольная запеканка с творогом
    - Блюда из тыквы, кабачков, баклажанов и помидоров
        - Тыквенная каша
        - Тыква, жаренная в тесте
        - Тыква, запеченная с яйцом
        - Кабачки, фаршированные репой
        - Котлеты из кабачков и картофеля
        - Кабачки жареные
        - Кабачки с помидорами и грибами
        - Оладьи из кабачков
        - Кабачки в тесте
        - Баклажаны, фаршированные сыром
        - Баклажаны с чесноком
        - Помидоры, запеченные с овощами
        - Помидоры с рыбой
        - Запеченные помидоры
        - Помидоры с картофелем
        - Огурцы тушеные
    - Морковь
    - Блюда из моркови
        - Морковное пюре
        - Морковные котлеты
        - Морковная запеканка
        - Морковь с тыквой
        - Морковные блины
- МЯСО — ПРОДУКТ ДРЕВНИЙ
    -
    - Мясная кулинария
    - Блюда из вареного мяса и субпродуктов

- Говядина с острым соусом
- Отварная телячья грудинка
- Говяжья вырезка на пару
- Баранья грудинка с репой
- Поросенок отварной под белым соусом
- Поросенок вареный фаршированный
- Телячья голова под соусом
- Рубцы отварные
- Вымя вареное с овощами
- Язык говяжий в кисло-сладком соусе
- Почки в сметане
- Рулет из свинины по-русски
- Котлеты из вареной говядины

○ Блюда из жареного (запеченного) мяса и субпродуктов
- Баранина жареная
- Отбивные бараньи котлеты
- Телячья грудинка фаршированная
- Телячьи мозги, жаренные в сухарях
- Телячьи ножки под соусом
- Буженина жареная
- Свиная грудинка, фаршированная капустой и яблоками
- Жареный поросенок с гречневой кашей
- Жаркое с овощами
- Бефстроганов с горчицей
- Скоблянка
- Печень в форме
- Говядина, запеченная под соусом
- Шницель из печени по-московски
- Тушеное мясо
  - Ушное
  - Говядина, тушенная по-русски
  - Свинина духовая под соусом
  - Баранина с огурцами
  - Баранина, тушенная с овощами
  - Свинина, тушенная с лапшой
  - Рагу из говядины и свинины
  - Говядина, тушенная в маринаде
  - Печень, тушенная с грибами
  - Сердце, тушенное с овощами
  - «Гусарская печень»
  - Почки с картофелем и солеными огурцами
  - Лапшевник с мясом

○ Блюда из рубленого мяса

        - Котлеты из рубленой говядины
        - Зразы
        - Фаршированные луковицы
        - Битки в сметане
        - Рулет фаршированный
        - Булетки мясные
        - Поддельный заяц
    - Блюда из домашней птицы и дичи
        - Гусь с яблоками
        - Гусь под грибным соусом
        - Курица фаршированная
        - Тушеная курица с черносливом
        - Утка, жаренная с репой
        - Новомихайловские котлеты
        - Утка с лапшой и грибами
        - Цыплята с цветной капустой
        - Цыплята фаршированные
        - Индейка, фаршированная печенью
        - Котлеты пожарские
        - Котлеты «Банкетные»
        - Фаршированное филе индейки
        - Птица по-столичному
        - Гусиная печень в томатном соусе
        - Рагу из потрохов
        - Белая куропатка, тушенная в сметане
        - Рябчик в сметане
        - Куропатка с апельсинами
        - Фазан, жаренный с грибами и луком
        - Филе фазана с вареньем
        - Тетерев, жаренный с орехами
        - Перепела, запеченные в тыкве
        - Заяц, тушенный в сметане
        - Мясо лося, тушенное с курагой
        - Печень по-охотничьи
        - Мясо, запеченное в глине
    - Соусы к мясным блюдам
        - Соус белый
        - Соус сметанный с хреном
        - Соус томатный
- ПРЕДЛАГАЕТ НЕПТУН
    -
    - Секреты рыбной кухни
        - Вареные окуни
        - Отварная ставрида

- Судак в рассоле
- Камбала в огуречном рассоле с зеленым маслом
- Караси в сметане
- Щучьи головы
- Паровая рыба
- Карп в пиве
- Стерлядь паровая
- Морской окунь, вареный в молоке
- Блюдо для ленивых
- Рыба, отваренная в «шубе»
- Рыба на хлебе
- Рыба, припущенная в рассоле
- Рыба, припущенная в молоке
- Щука с сельдью
- Рыба, припущенная по-русски
- Щука, тушенная с вином
- Рыба, тушенная с горчицей
- Морской окунь, тушенный в огуречном рассоле
- Треска, тушенная со шпиком
- Минтай, тушенный с корейкой копченой
- Солянка из рыбных консервов
- Треска по-домашнему
- Рыба, тушенная по-волжски
- Рыба, тушенная с луком
- Рыба, тушенная в горшочке
- Солянка рыбная на сковороде
- Щука фаршированная
- Рыба, тушенная по-русски
- Караси, жаренные в сметане
- Рыбная поджарка
- Судак, жаренный в тесте
- Рыба, жаренная с клюквой
- Зразы донские
- Зразы по-архангельски
- Тельное
- Скумбрия, жаренная со сладким перцем
- Треска, жаренная с помидорами
- Навага, жаренная во фритюре
- Бефстроганов из хека
- Скумбрия, жаренная в сыре
- Рулетики из макруруса
- Камбала с яблоками
- Рыба запеченная
    - Рыба, запеченная по-русски

- Рыба, запеченная по-московски
- Лещ, запеченный с капустой
- Минтай, запеченный со свеклой
- Запеканка из макруруса
- Запеканка картофельная с рыбными консервами
- Пеламида, запеченная с макаронами
- Скумбрия в фольге
- Рыбный завтрак
- Рыба, фаршированная кашей

- Все, что не рыба
  -
  - Картофельный рулет с мидиями
  - Плов с мидиями
  - Мидии с капустой
  - Кальмары в сметане
  - Яичница с кальмарами
  - Кальмары, тушенные с солеными огурцами
  - Поджарка из кальмаров
  - Оладьи из капусты с кальмарами
  - Солянка с морским гребешком
  - Котлеты из морского гребешка
  - Креветки под соусом
  - Креветки с рисом
  - Рулет с морской капустой
  - Сырники с морской капустой
  - Лапшевник с морской капустой
  - Пшенная каша с морской капустой
- Соусы к рыбным блюдам
  - Белый соус с каперсами
  - Соус хрен
  - Соус сметанный
  - Томатный соус
  - Соус рассол
  - Соус молочный с луком
  - Соус «Русский»
  - Соус паровой

- БЫСТРО, КРАСИВО И… АППЕТИТНО
  -
  - Овощные закуски
    - Огурцы соленые
    - Огурцы, соленые в тыкве
  - Салаты из овощей и грибов
    -

- Свежая капуста с луком
- Квашеная капуста с клюквой
- Закусочные голубцы
- Квашеная капуста с орехами
- Тертая редька с луком
- Редька с сухариками
- Лук репчатый с творогом
- Помидоры, фаршированные грибами
- Малосольные огурчики
- Соленые огурцы по-крестьянски
- Соленые фаршированные огурцы
- Фаршированные свежие огурцы
- Свежие огурцы с уксусной заправкой
- Репа печеная
- Репа сырая
- Грибы по-селянски
- Грибы с квашеной капустой
- Грибы заливные
- Русский разносол
- Икра свекольная

○ Из рыбы
- Сельдь с гарниром
- Сельдь с картофелем вразварку
- Сельдь рубленая с гарниром
- Сельдь со свежими огурцами
- Фаршированный батон
- Рыба под маринадом
- Рыба под маринадом
- Рыбный студень
- Рыба заливная

○ Из мяса
- Ветчина, запеченная в фольге
- Рубцы в горчичной заправке
- Мясо заливное
- Говядина жареная
- Поросенок отварной
- Поросенок праздничный
- Студень (холодец)
- «Капустный еж»

○ Из птицы
- Филе птицы под майонезом
- Рулетики с яйцом
- Сыр из птицы
- Куриные хлебцы

- Жульен из птицы
- Из творога и яиц
  - Творог со свежей зеленью
  - Творог с орехами и чесноком
  - Творожные шарики
  - Творог с копченой сельдью
  - Творог с помидорами
  - Груши, фаршированные творогом
  - Икра из творога с помидорами
  - «Матрешки»
  - «Грибки»
- Салаты, соусы, заправки
  - Салат «Здоровье»
  - Салат из редьки с простоквашей
  - Зеленый салат
  - Салат «Дачный»
  - Помидоры, фаршированные салатом
  - Салат русский
  - Салат крестьянский
  - Салат из огурцов и редиса
  - Салат «Пестрый»
  - Свекла с чесноком
  - Салат из тыквы
  - Салат «Гурман»
  - Салат «Полевой»
  - Салат из краснокочанной капусты
  - Салат «Забавная смесь»
  - Салат из яблок и капусты
  - Яблочно-морковный салат
  - Салат «Фантазия»
  - Салат шпинатный
- Салаты рыбные
  - Салат картофельный с хеком
  - Салат с огурцами и навагой
  - Салат из моркови и ледяной рыбы
  - Салат «Загадка»
  - Салат рисовый с сельдью
  - Салат «Северный»
  - Салат праздничный
- Салаты мясные
  - Салат «Оливье»
  - Салат из ветчины и сыра
- Винегреты
  - Винегрет «Летний»

        - Винегрет «Зимний»
        - Винегрет с сельдью
        - Винегрет с грибами
        - Винегрет мясной
    - Заправки к закускам и салатам
        - Хрен с уксусом
        - Майонез с хреном
        - Заправка для салатов
        - Заправка горчичная
        - Заправка горчичная с чесноком
        - Заправка провансаль
        - Соус майонез
- НА ЧУЖОЙ ОБЕД НАДЕЙСЯ, А СВОЙ ПОДАВАЙ!
    -
    - Супы
    - Бульоны
        -
        - Бульон с гренками
        - Бульон с яйцом и сухариками
        - Бульон с омлетом
        - Бульон с пельменями
        - Бульон с фрикадельками
    - Щи
        -
        - Щи из свежей капусты
        - Щи из квашеной капусты
        - Щи суточные
        - Щи «ленивые»
        - Щи зеленые
        - Щи из крапивы
        - Щи с рыбной головизной
        - Щи наваристые с грибами
    - Борщи
        -
        - Борщ домашний
        - Борщ московский
        - Борщ с черносливом и грибами
        - Борщ по-старинному
        - Борщ сибирский
        - Борщ сборный
        - Борщ с кислым молоком
        - Борщ с жареными карасями
        - Борщ со свекольной ботвой
    - Рассольники

- Рассольник домашний
- Рассольник питерский
- Рассольник московский с почками
- Рассольник из гусиных потрохов
- Рассольник дальневосточный
- Рассольник Новотроицкий

- Солянки
  - Солянка московская
  - Мясная солянка
  - Солянка донская
- Уха
  - Уха рыбацкая
  - Уха из налима
  - Уха макарьевская приказчичья
  - Уха ростовская
  - Уха раковая
  - Уха из ершей
  - Калья
- Холодные супы
  - Тюря «Хозяюшка»
  - Окрошка
    - Квас для окрошки
    - Рецепт окрошки
- Ботвинья и другие
  - Ботвинья
  - Ботвинья с огурцами
  - Холодник «Собрание сельских хозяев»
  - Свекольники
    - Свекольник постный
    - Свекольник с кефиром
  - Холодники
  - Холодник из помидоров
  - Холодник с морковью и творогом
  - Холодник с крупой
- Разные супы
  - Суп крестьянский
  - Суп картофельный с крупой
  - Суп картофельный с грибами

- Суп овощной
- Суп с креветками
- Суп огородный
- Суп с красным перцем
- Зеленый суп
- Суп из репы с гренками
- Суп с тыквой
- Суп из утки с репой
- Куриная лапша
- Грибная лапша
- Суп гороховый
- Луковый суп

- ПОСИДИМ У САМОВАРА
  -
  - Чай
  - Кофе
- ПИВО ВАРИ ДА ГОСТЕЙ ЗОВИ
  -
  - Напитки забытые и популярные
  - Хмельные меды
    -
    - Белый мед
    - Мед-вишняк старинный
    - Березовый мед
    - Монастырский мед
  - Сбитни
    -
    - Старинный заварной сбитень
    - Душистый заварной сбитень
    - Простой сбитень
    - Народный сбитень
  - Квасы
    -
    - Хлебные квасы
      -
      - Русский квас
      - Северный квас
      - Красный квас
      - Белый квас
      - Сухарный квас
      - Домашний квас
    - Фруктовые квасы
      -
      - Яблочный квас

- Вишневый квас
- Лимонный квас (первый вариант)
- Лимонный квас (второй вариант)

- Компоты
  -
  - Компот из яблок
  - Компот из слив
  - Компот из вишни
  - Компот из земляники
  - Компот из дыни и слив
  - Компот из крыжовника
  - Компот из брусники
- Сласти
- Кисели
  - Черничный кисель
  - Яблочный кисель
  - Рябиновый кисель
  - Кисель из плодов шиповника
  - Тыквенный кисель
  - Клюквенный кисель с молоком
  - Медовый кисель
  - Кисель из варенья

- «АЛЬМАНАХ ГАСТРОНОМОВ» И.М. РАДЕЦКОГО
  -
  - Калья
  - Ботвинья с огурцами
  - Котлеты бараньи
  - Котлеты телячьи, шпигованные, со щавелем
  - Холодное из куропаток
  - Фрикасе из цыплят на холодное
  - Котлеты из вепря с соусом вишневым
  - Карп с разным гарниром по-флотски
  - Осетрина по-русски с огурцами
  - Селедка с яблоками
  - Холодное из стерляди по-русски с огурцами
  - Кулебяка из кислого теста с разными фаршами, угрями, семгой и молоками
  - Блины гречневые и рисовые
  - Пудинг из репы со сладкими кореньями
  - Яичница со щавелем
  - Шарлотка яблочная из черного хлеба
  - Торт с вареными фруктами
  - Яблоки в кляре
  - Сабайон

- Компот горячий из персиков
- ПОСЛЕДНИЙ ТРУД ГЕРАСИМА СТЕПАНОВА
  -
  - Черный суп
  - Королевский суп
  - Суп с репой
  - Суп с хлебом (домашний)
  - Суп-пюре из ершей
  - Русский суп в тыкве
  - Сыр из белых грибов
  - Постная кулебяка с редькой
  - Как делать пасху
  - Брусничная вода
  - Вода черносмородинная
  - Рябиновая вода
  - Как коптить рыбу
  - Как делать колбасы
    - 1. Рябиновые
    - 2. Малиновые
    - 3. Яблочные
  - Как солить маленькие огурчики
- РУЧНАЯ КНИГА РУССКОЙ ОПЫТНОЙ ХОЗЯЙКИ ЕКАТЕРИНЫ АВДЕЕВОЙ
  -
  - Бульон
  - Бульон необыкновенной крепости
  - Московская солянка
  - С.-Петербургский суп
  - Суп-рассольник (старых времен)
  - Зеленый суп
  - Суп из огурцов
  - Суп-пюре из картофеля
  - Уха из налимов
  - Свежие щи
  - Борщ малороссийский (по-домашнему)
  - Борщ из сельдерея
  - Грибные щи
  - Борщ с рыбой
  - Заливной поросенок по-домашнему
  - Индюшка с ланшпиком домашнего приготовления
  - Винегрет
  - Винегрет из рыбы (по-домашнему с ланшпиком)
  - Заливная рыба
  - Щука

- Домашний студень с вином
- Утка с кореньями
- Гренад
- Говядина с гарниром
- Язык с яблоками
- Фаршированный язык
- Цыплята со спаржею
- Московская солянка с капустой (густая)
- Тельное из щуки
- Карп с медом
- Щука под сметаной
- Рыба по-еврейски
- Рыбные котлеты
- Солянка с капустой (густая, скоромная по-московски)
- Ревельская каша с селедкой
- Паштет из щуки

• ПОДАРОК МОЛОДЫМ ХОЗЯЙКАМ ЕЛЕНЫ МОЛОХОВЕЦ

-
- Селянка рыбная
- Суп из рыбы с солеными огурцами
- Суп-пюре из картофеля без мяса
- Суп из разных свежих ягод со сметаной и вином
- Холодец из яблок
- Фаршированная репная капуста
- Фаршмак из картофеля
- Картофель под бешемелем
- Клопе
- Жаркое гусь, фаршированный кашею
- Щука с кислою капустою
- Карп, вареный по-жидовски
- Рыбное блюдо необыкновенно вкусное, в особенности из стерляди с белым столовым вином
- Котлеты из селедки
- Дрожжевое тесто подходящее в холодной воде
- Превосходное дрожжевое тесто для пирога
- Картофельный пирог
- Русская кулебяка с рыбою
- Картофельный паштет с мясом
- Суфле лимонное
- Вафли превосходные
- Драчена
- Торт рассыпчатый
- Торт из вишен
- Кулич

- Сухари, которые долго не черствеют
- Пирожное на скорую руку
- Пасха обыкновенная
- Пасха царская
- Наливка скороспелая
- Наливка рябиновая
- Шиповка или домашнее шампанское
- Конфеты из клюквы
- Капуста со свеклою
- Свежие огурцы зимою

- «ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ПИТАНИЯ» Д.В. КАНШИНА
  -
  - Повар — тот же врач
  - Несчастье наше
  - Стальной желудок «железного канцлера»
  - Ранец из жира
  - Об огурцах
  - О тыкве
  - О дыне
  - Александр Дюма о горчице
  - Трюфели Россини
  - О тонком вкусе
  - О выносливости
  - О пчеловодах — жуликах
  - Эпиграммы находчивого повара
  - Покупку на анализ
  - О женском молоке
  - Как солить пасхальные яйца
  - О пасхальном столе
  - Рецепты старосветского помещика
    - Рай кишка
    - Сальник
    - Перепеча
    - Кружник
    - Попадьин пирог
    - Пирожки печерские
    - Курица, налитая яйцами
    - Лимонад домашний
    - Пирог колобовый
    - Щи
    - Сборные (царские) щи
    - Солонина
    - Середка
    - Взвар луковый

        - Взвар капустный
        - Взвар клюквенный
        - Крупеня
        - Суп из цыплят
        - Рыба в собственном соку
        - Котлеты из цыплят
        - Начиненный арбуз
- О.К. ЗЕЛЕНКОВА О ВЕГЕТАРИАНСТВЕ
    -
    - Рецепты Ольги Зеленковой
        - Суп из свежей капусты с молоком
        - Суп из цветной капусты
        - Суп с солеными рыжиками и сметаной
        - Суп-пюре из простого сушеного гороха
        - Суп-пюре из картофеля
        - Тюря или мурцовка
        - Похлебка
        - Окрошка
        - Рисовые котлеты с грибами
        - Капуста фаршированная
        - Капуста свежая, тушеная с репой, брюквой, каротелью и картофелем, со сметаной
        - Яичница печеная
        - Яичница глазунья, со спаржей, под сливочным соусом
        - Картофель «по-царскосельски»
        - Картофель, жаренный с луком «по-польски»
        - Картофель, фаршированный кашей гречневой с луком
        - Репа, фаршированная кашей манной
        - Пирожки-трубочки блинчатые с начинкой из репы и яиц
        - Ленивые вареники
        - Лепешечки из муки ржаной с сыром зеленым
        - Пирог воздушный яичный, ванилевый
        - Сухари «Карлсбадские» с цедрой лимонной
        - Крендель вроде «Выборгского»
        - Бисквит из хлеба черного с кремом ореховым
        - Плов фруктовый (холодный) из риса с дыней свежей и пюре из свежей клубники
        - Яблоки жареные
        - Яблоки, покрытые яблочным пюре, запеченные
        - Пирог пенный, яблочный
        - Клюква, вареная с апельсинами

        - Варенье из дыни
        - Варенье из корки арбузной
        - Цукаты из мандаринов
        - Цукаты из лимона или апельсина
        - Смородина красная или белая, засахаренная веточками
        - Мармелад из яблок или груш
        - Пастила яблочная
        - Чай вегетарианский из яблок сушеных
        - Чай яблочный из яблок сырых
- От авторов
- ДОМАШНЯЯ БИБЛИОТЕКА
    -
    - СКАТЕРТЬ-САМОБРАНКА, КОШЕЛЕК-САМОТРЯС И ДВОЕ ИЗ СУМЫ
    - ГОРШОК КАШИ
    - СУП ИЗ КОЛБАСНОЙ ПАЛОЧКИ
    - ВОЛШЕБНЫЙ КОРАБЛЬ
    - ТРОСТНИКОВАЯ ШАПОЧКА
    - ЖАДНАЯ ХОЗЯЙКА

Могильный Н.П., Ковалев В.М

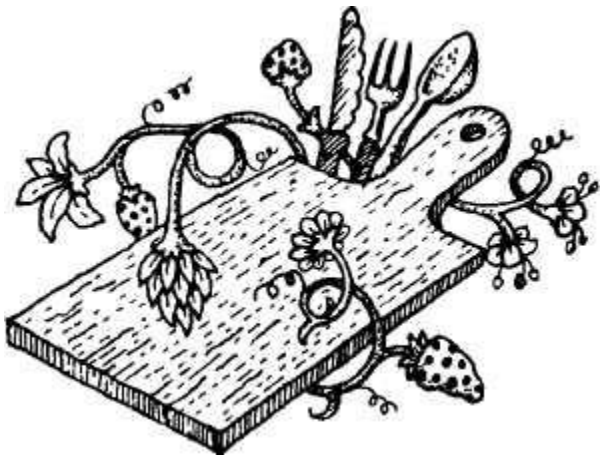
ЭТЮДЫ О ПИТАНИИ

ДОМАШНЯЯ БИБЛИОТЕКА

НЕМНОГО ИСТОРИИ

«Судьба нации зависит от способа ее питания».

(А.Брилья-Саварен. «Физиология вкуса»)



Эта фраза высокопоставленного французского чиновника-юриста, до самозабвения увлеченного кулинарным искусством, имеет под собою ряд убедительных исторических примеров. Погрязшая в безграничной роскоши, в том числе и стола, Римская империя пала, а исповедовавшая умеренность в еде и простоту пищи Спарта в течение долгого времени давала миру совершенных по своему физическому и нравственному развитию граждан. Как видим, способ питания нации, народа, выражением которого является поваренное искусство, не такой уж второстепенный вопрос и изучение истории питания не такое уж бесполезное дело.

Что же такое поваренное искусство? В одном из словарей оно определяется как экономное приготовление пищи питательной, вкусной и удобоваримой. Хотя это определение и со стажем, оно остается наиболее точным и поныне.

В наше время питание людей все в большей мере становится интернациональным. Однако, если не все, то многие народы стремятся сохранить и развивать свою национальную культуру, обычаи, уклад жизни, свою кухню. Здесь уместно вспомнить слова автора первых кулинарных книг в России Е. Авдеевой, которая писала: «Не порицая ни немецкой, ни французской кухни, думаю, что для нас во всех отношениях здоровее и полезнее наше родное,

русское, то, к чему мы привыкли, с чем свыклись, что извлечено опытом столетий, передано от отцов к детям и оправдывается местностью, климатом, образом жизни. Хорошо перенимать чужое, но своего оставлять не должно и всегда надобно считать всему основанием».

Эти слова нашей соотечественницы, женщины образованной и даже ученой, много сделавшей для сохранения наших лучших традиций и обычаев, в том числе в кухне и питании русского народа, нам кажутся справедливыми. Кухня народа — это частица его культуры и точно так же, как литература и живопись, музыка и поэзия, наша кулинария прошла сложный исторический путь развития, подвергаясь на этом пути влиянию и воздействию различных течений и направлений, кухонь соседних народов и наций. В этом плане мы хотели бы отметить прежде всего влияние на русскую кухню греческого кулинарного искусства. Особенно сильного после того, как на Руси было принято христианство и наши связи с Грецией приобрели постоянный и тесный характер.

Кулинарное искусство было известно еще в доисторические времена, задолго до появления глиняной посуды. Мясо животных жарили на вертеле. Варили мясо и нагревали воду посредством раскаленных камней, опускаемых в сосуд с водой, причем сосуды употреблялись сначала деревянные, а позже глиняные. Интересно, что наши далекие предки-сибиряки в качестве сосудов использовали берестяные туески.

Когда речь заходит об истории кулинарного искусства, многие народы приписывают открытие новых блюд себе. И эти утверждения справедливы в том плане, что кулинарное искусство большинства народов — это плод многовекового творчества именно этого народа. Однако на какой-то стадии, особенно с возникновением межнациональных связей, начинается процесс взаимозаимствований и в кулинарном искусстве.

Развитие национальных кухонь шло не равномерно, кто-то в своем развитии забегал вперед, кто-то в силу ряда причин отставал.

Историки питания считают, что наиболее совершенного развития кулинарное искусство достигло сначала у персов, ассиро-вавилонян и древних евреев. В то время, как соседи этих народов довольствовались довольно простыми блюдами, в которых преобладали натуральные продукты, минимально подвергавшиеся кулинарной обработке, кухни названных народов уже знали изысканные блюда и даже отличались пышностью стола.

Первыми, кто не устоял против восточных обычаев и нравов в

питании, были греки, которые имели с этими странами тесные контакты. Греки начали перенимать роскошь и изысканность гастрономии названных восточных народов, а со временем и превзошли их, передав эстафету Древнему Риму. Кстати, именно греки были первыми, кто увековечил начало и расцвет своего кулинарного искусства. Сначала это были эллинские врачи, создавшие кулинарные рисунки, в которых содержатся диетические предписания и результаты исследований о пользе и вреде некоторых продуктов питания, о нормах их потребления. Вслед за этими рисунками появились и первые литературные источники по кулинарному искусству: советы о закупках продуктов, об их качестве и применении в питании, об отдельных группах кушаний, о кулинарных секретах и поварах. Описанию яств, напитков и поваров посвящены целые книги и главы в книгах таких авторов, как Гомер, Геродот, Платон, Плутарх, Атеней, Аристрат из Геды и многие другие.

В Древней Греции кухня была уделом женщины — хозяйки дома и рабынь, так что до IV века найти повара среди рабов-мужчин было трудно. Только при больших праздничных застольях нанимались повара-мужчины.

В анналах античной истории описывается судьба некоего Митайкоса (Mithaikos), первого выходца из греческого Запада — автора одной из первых кулинарных книг. Когда в VI веке он прибыл в Спарту, чтобы показать там свое поварское искусство и перенять опыт спартанской кухни, его попросту выслали из страны, так как он пытался привить спартанцам любовь к изысканным кушаньям, а роскошь в еде даже в VI веке в Спарте не была популярна. Незадачливый кулинар вынужден был покинуть Спарту.

Питание древних греков было скромное. Вот, например, как выглядел обычный обед античного афинянина: 5 небольших блюд, уставленных на большом блюде (подносе), в состав которых входили следующие продукты: 2 морских ежа, 10 ракушек, лук зеленый или репчатый, немного соленой осетрины и немного сладкого пирога или печенья. В другой раз обед выглядел так: вареные яйца, жаркое из зайца, мелкие жареные птички и на десерт — медовое печенье.

Интересно, что для возбуждения аппетита греки сначала «хлебали рыбий бульон», а позже его заменили легкие, возбуждающие аппетит закуски: яйца, устрицы, ракушки, раки, соленая рыба с салатом и пряными травами, растительное масло, уксус.

Кроме свежей морской рыбы любимейшим кушаньем древних греков было свиное жаркое. После него по ценности шли:

домашняя птица (куры и гуси), а затем — дикая птица и зайчатина.

Из древних источников о кулинарном искусстве греков нам хотелось бы назвать прежде всего труд Атенея «Deiphosophisten»; Атеней много пишет о греческом кулинарном искусстве, о поварах, приводит длинный список писателей-прозаиков, писавших в древности о кулинарном искусстве и приводит цитаты из их книг. О греческом кулинарном искусстве писали также: философ-стоик Хрисипп (III век до н. э.), Артемидор (автор снотолкований), Семонактид, Гераклид, Софон, Эпайнетос, Парменон, Глаукос. Афинянин Эфидемос создал стихотворение о соленой рыбе из Черного моря. Матрон дает описание званого обеда в «гомерических выражениях и поступках».

Важные данные о кулинарии сообщают Плутарх, Диоскорид, Гиппократ. Греческий врач Ленасей, живший в 70-х гг. нэ., описал обязанности повара, пекаря, смотрителя погреба. Они должны быть: непорочны (стыдливы), умеренны и воздержанны, обязаны педантично следить за своей телесной чистотой. Не случайно выводимые в комедиях повара, хоть и хитрые, но всегда компетентные и внешне стерильно чистые.

О питании славян в древности историк А.В.Терещенко в своей книге «Быт русского народа» пишет: «Предки наши, живя в простоте патриархальной, довольствовались весьма немногим: полусырая пища, мясо, коренья и шкуры диких или домашних зверей удовлетворяли их нужды. Наши предки долго не знали роскоши. В XI веке они питались еще просом, гречихой и молоком; потом научились готовить яства». Таким образом, начало кулинарного искусства на Руси этот историк относит примерно к XII веку. Но несколькими страницами ниже А.В.Терещенко сообщает, что в великокняжение Владимира I не было недостатка ни в плодах, ни во вкусных яствах: рыба, дичь и мясо были в изобилии. Описывая знаменитый пир Владимира, А.В. Терещенко перечисляет те блюда и продукты, которыми угощал великий князь: хлебы, мясо, дичь, рыбу, овощи, мед и квас.

В конце X века на Руси выращивались плодовые деревья. Нестор и его современники с изумлением отмечали изобилие всякого рода дичи и домашних животных. Славяне очень рано научились молоть зерно на ручных мельницах: из устава Ярослава видно, что научились они этому значительно ранее XI века. Во всяком случае древние источники свидетельствуют, что в X веке хлебопечение было на Руси уже широко развито. Тогда же стали делать и квас.

Еще до введения христианства славяне были знакомы даже с

деликатесными «заморскими» продуктами, в частности с пряностями. Перец шел из Царьграда и Болгарии; оттуда же — миндаль, кориандр, анис, имбирь, корица, лавровый лист, гвоздика, кардамон и др.

Все историки отмечали, что простой народ питался довольно умеренно: хлеб, квас, соль, чеснок, лук, мед, редко мясо и рыба составляли его обычную пищу. Характеризуя питание русского народа, великий наш историк Н.М. Карамзин в «Русской старине» писал: «Щи, разные похлебки, каши, пироги, ветчина и соленая рыба составляли богатство русской кухни».

Особое место в питании славян занимал мед, который шел во многие блюда, ели его в натуральном виде, из него приготовляли такие знаменитые на Руси напитки, как мед, квас, сбитень, в XII веке называвшийся взваром. Приготовлялся взвар из меда, на зверобое, шафране, мяте, а позже — с использованием лаврового листа, имбиря и даже стручкового перца. Вообще у меда (напитка) богатое историческое прошлое. В старину наши предки очень гордились этим напитком и кто больше выпивал меда и не был пьян, тот считался несокрушимым. Сначала в княжеских вотчинах, затем, с появлением христианства на Руси и с возникновением монастырей и других обителей, с появлением помещичьих владений варкою меда занимались специальные медовары. Особенно искусные медовары были у князей, некоторых бояр, помещиков. Но непревзойденными медоварами были монахи и монахини. Знаменитые монастырские меды в течение столетий удивляли всех без исключения иностранцев, вызывая у них восторг.

Несколько слов о влиянии французской кухни на русскую, прежде всего господскую. Первым французским поваром, оставившим заметный след в этой области, был Антуан Карем, ученик известного повара Наполеона — Лагюпьера. В отличие от многих своих собратьев, А. Карем серьезно занимался изучением истории мирового кулинарного искусства, в частности хорошо знал древнеримскую кухню. Он установил, например, что роскошные пиршества Помпея, Цезаря и Лукулла состояли из чрезвычайно жирных и тяжелых блюд. Историки кулинарии называют А. Карема поваром-философом. Он оставил после себя книгу «Искусство французской кухни XIX столетия», в которой поместил даже свои афоризмы: «Поварское искусство служит проводником европейской дипломатии», «Опытный великий дипломат должен всегда иметь хорошего повара», «Дипломат — самый лучший ценитель хорошего обеда», «Гастрономия всегда идет наравне с просвещением», «Обеды XIX столетия соединяют дипломата, артиста, литератора и художника». А. Карем, на

основе своего опыта, утверждал: «Литератор умеет наслаждаться хорошей гастрономией… Поэты любят хороший обед и выхваливают амброзию… Мрачный философ обращает мало внимания на гастрономию».

А. Карем очень ревностно относился к своему поварскому искусству и не терпел пренебрежительного отношения к нему. Именно любовь к этому мастерству заставила его покинуть место повара при дворе английского короля Генриха IV, ничего не понимавшего в кулинарном искусстве. Из-за своего неуживчивого характера он расстался с Талейраном, а затем поочередно с князем Вюртембергским, лордом Стевудом и знаменитым Ротшильдом.

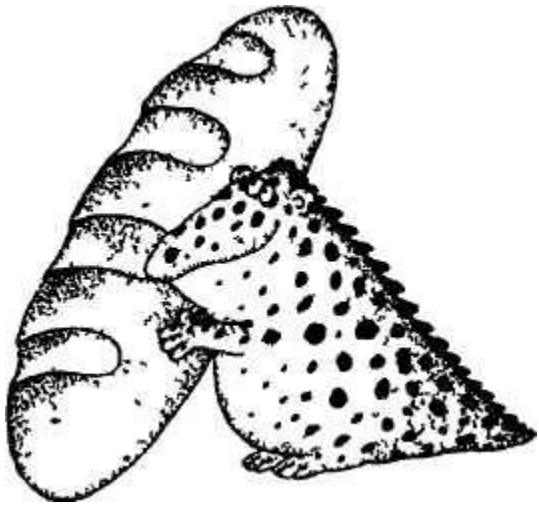
В Россию Карем был выписан князем Багратионом, а от него попал в личные повара Александра I. Но через 6 месяцев он покинул Петербург из-за плохого климата и направился в путешествие по Вест-Индии. Там он был захвачен дикими племенами, отличавшимися «непомерными гастрономическими притязаниями». Попав к ним в плен, Карем начал кормить их такими соусами и рагу, что они провозгласили его королем, и он много лет делил свои занятия между обязанностями короля и повара.

Соскучившись по Парижу, Карем вернулся во Францию, где и умер «на посту» — давал урок кулинарного искусства своим ученикам.

Преемником А.Карема в России стали Жан Жебон, Пети, Тю, Гильта, Жабон и другие повара Николая I. Они явились создателями господской русской кухни. Некоторые из них оставили талантливых учеников из числа русских. Так, например, первоклассным поваром стал ученик Жана Жебона Михаил Степанов, который написал несколько поваренных книг.

Когда говорят о влиянии французской кухни на русскую, зачастую преувеличивают это влияние. Наряду с изысканными французскими блюдами в меню даже богатых русских людей всегда присутствовали и шедевры русской народной кулинарии.

ХЛЕБ РЖАНОЙ — ОТЕЦ РОДНОЙ



Есть в русском языке слово, которому трудно найти аналоги у других народов. Слово это — хлебосольство. Его произносят обычно при угощении, когда хотят сказать о гостеприимстве и радушии.

Хлебосольство всегда было присуще русскому народу, с ним связаны многие обряды и поверья, пословицы и поговорки, легенды и сказы.

В старину о хлебосольном хозяине говорили: «Дом, как чаша полная — хлеб-соль со стола не сходят». В знак же благодарности за сердечное угощение часто произносили такие слова: «Хлебом-солью довольны — глаза не глядят». Верили русские люди, что обласканный в доме гость не причинит зла.

Довольно часто в избе после обеда стол накрывали чистой скатертью, клали на нее хлеб, а рядом ставили солонку. Такой «натюрморт» свидетельствовал о благополучии, мире и согласии, которые царят в доме. Видимо, этот обычай и лег в основу поговорки.

Вообще хлеб и соль всегда сопровождали жизнь русских людей. Хлебом и солью встречали самых именитых гостей и молодых в день свадьбы, хлебом потчевали роженицу, им в первую очередь запасались, когда отправлялись в дальнюю дорогу, по умению испечь хлеб определяли домовитость хозяйки… Да мало ли еще обрядов и обычаев, связанных с хлебом. Всех не перечислить. И это не случайно. Ни один из других видов пищи у русского народа не идет ни в какое сравнение с хлебом.

Кстати, в этом нет ничего удивительного. Ведь хлеб — особый продукт. Возделывание же хлебных злаков Ф.Энгельс считал важнейшим этапом на пути развития человечества от дикости и варварства к зачаткам цивилизации.

И действительно, древние народы-землепашцы, умевшие выращивать зерновые, по своему культурному и физическому уровню развития значительно превосходили народы, которые жили в основном за счет охоты, скотоводства и рыболовства. Не случайно, поэтому возделывание хлебных злаков, согласно греческой легенде, — дар богини Деметры, покровительницы брака, законодательницы гражданского устройства.

Хлеб известен человеку очень давно. Считают, что еще во времена Каменного века, примерно 15 тыс. лет назад, люди впервые узнали вкус хлебных злаков. Насколько достоверны эти данные, судить не беремся. Возможно, хлеб был известен человеку гораздо раньше. Не знавшие земледелия первобытные люди собирали дикорастущие злаки и ели их сырыми.

Миновало много веков, прежде чем человек научился растирать эти зерна и смешивать их с водой. Таким образом, хлеб родился на свет в виде жидкой мучнисто-зернистой каши, которую и сегодня еще употребляют в пищу как хлебную похлебку многие жители Востока и африканских стран.

В древности заметили, что зерна отделяются от колосьев легче, если их уложить в яму с сильно нагретыми камнями. Последние служили прототипом современной печи. Кроме того, поджаренные зерна оказались гораздо вкуснее по сравнению с сырыми. Так человек постепенно, путем многочисленных проб и ошибок познавал удивительные свойства хлеба.

Прошли тысячелетия, прежде чем люди научились возделывать и культивировать хлебные злаки. Возможно, что начало этому положили народы Центральной Азии. Причем пшеница появилась значительно раньше, чем рожь.

Примерно 8 тыс. лет назад научились возделывать пшеницу, ячмень и просо древние египтяне, ассирийцы, евреи и другие народы.

Следующим этапом на пути к современной булке было освоение приготовления пресных лепешек. Этот способ был известен древним египтянам, евреям, персам. Пекли такие лепешки из непросеянной муки грубого помола. Иногда в муку добавляли речной песок. Во время раскопок образцы лепешек с этой примесью находили неоднократно. Для чего это делалось, ответить трудно.

Лепешки, безусловно, имели неоспоримые преимущества по сравнению с хлебной похлебкой. Похлебка быстро закисала и

засыхала, что делало невозможным ее хранение. Человеку же нужен был запас пищи. Засохшие лепешки хорошо сохранялись длительное время, их можно было брать в дорогу. Перед едой лепешку размачивали в воде.

Просуществовала лепешка долго. Вплоть до начала средневековья народы Европы активно использовали ее в своем питании. Да и в наши дни пресная лепешка не редкость во многих национальных кухнях.

Огромным шагом вперед явилось открытие способа сбраживания теста. Конечно же, это величайшее изобретение — результат многовекового опыта человечества.

Древние египтяне знали секрет сбраживания теста еще 5–6 тыс. лет назад. Это искусство от них перешло к грекам, от греков — римлянам, а уж оттуда — к народам Европы.

В Древней Греции разрыхленный хлеб считался большим лакомством. Аристократы ели его как самостоятельное блюдо. Чем знатнее был хозяин и богаче его дом, тем щедрее угощал он своих гостей пшеничным хлебом. Уже в те далекие времена существовало много разновидностей хлеба — от самого простого, из муки грубого помола с большим количеством отрубей, до изысканных сдобных хлебов. У гурманов-аристократов популярностью пользовался также хлеб, зажаренный на вертеле.

Примерно во второй половине II века до нашей эры возникли специальные хлебопекарни. Так что ремесло пекаря имеет возраст несколько тысячелетий.

Издревле хлеб служит основой питания и восточнославянских народов. Это подтверждают, например, раскопки поселений так называемой Трипольской культуры на территории современной Украины. Остатки глинобитных домов с печами для выпечки хлеба, глиняные сосуды для хранения зерна, зернотерка — молчаливые свидетели того, что уже в третьем тысячелетии до нашей эры жители этого региона не были новичками в области хлебопечения.

«Отец истории» Геродот утверждал, что еще за 500–400 лет до нашей эры жители Черноморской и Азовской степей выращивали прекрасную пшеницу.

На Руси основными зерновыми культурами издавна считаются пшеница, рожь, ячмень, просо, овес. Однако рожь русские люди узнали гораздо позже, чем пшеницу.

Считается, что родиной ржи является Закавказье (государство Урарту). К славянам она проникла, можно сказать, «нелегально». На русских полях рожь «поселилась» в посевах культурной пшеницы на правах сорняка и, как всякий сорняк, не пользовалась милостью земледельцев.

Так было до тех пор, пока крестьянин не заметил удивительную способность ржи выдерживать холода и непогодь. В иные годы, когда погибал урожай пшеницы, рожь спасала земледельца от голода. В конце концов она выделилась в самостоятельную культуру и уже к X1-XП векам на Руси ели в основном ржаной хлеб.

Об этом, в частности, свидетельствует драгоценный в историко-бытовом отношении литературный памятник XI века «Житие протопопа Феодосия». Пшеницу летописец называет «чистым хлебом», который употреблялся монахами вместе с медом, как лакомство. Повседневно же хлеб выпекался из ржи.

Хлеб всегда являлся основой богатства Руси. Славянская земля «родит рожь и пшеницу в громадном изобилии, — писал А. Олеарий. — Редко услышишь, чтобы в России была дороговизна на хлеб. В некоторых местах страны, где нет никакого сбыта хлеба, земля не обрабатывается вовсе, хотя бы была удобна к тому, и лишнего запаса хлеба не делают, довольствуясь тем, что нужно на год: ибо каждый знает, что всякий год соберет свою богатую жатву. От этого бездна прекрасной, плодоносной земли остается без возделывания… В России повсюду находятся богатые пастбища, там во множестве разводят домашний скот: коров, быков, овец, которые продаются там весьма дешево».

Роль хлеба в питании русских людей была настолько велика, что в неурожайные годы в стране начинался голод, несмотря на изобилие животной пищи. Российские леса всегда были богаты зверьем и птицей, а реки рыбой и водоплавающими. Однако мясо для русских не заменяло хлеба. Они почти нисколько не ценили естественное изобилие животной пищи и только хлеб считали главою всего.

В стародавние времена хлебом на Руси называли не только печеный хлеб, но и зерно. Хлебные злаки славяне употребляли в пищу либо в виде размоченных и поджаренных зерен (крупа, сладь, пражмо), либо в виде муки, из которой на воде или молоке варили кашу, либо в виде хлеба, который выпекался на раскаленных камнях, а позднее в печи.

Из овса, ячменя, гречихи, проса, гороха в основном варили различные каши. Ассортимент их был чрезвычайно разнообразен. Кроме того муку, полученную из этих круп и бобовых, довольно часто использовали для выпечки хлеба, блинов и других мучных изделий.

Уже первые письменные источники свидетельствуют, что искусство выпечки хлеба в Древней Руси было весьма высоким. Так, в упомянутом «Житии протопопа Феодосия» блаженный Феодосии искусно печет просфоры. Он же часто заходит в

пекарню — с радостью помогает пекарям месить тесто и выпекать хлеб.

Для размалывания зерна пользовались ручными мельницами — жерновыми поставами. При этом, если хотели получить «хлеба чиста зело», зерно размалывали более тщательно. Обмолоченное зерно хранилось в мешках или россыпью в клети дома, а также в специально вырытой для этой цели яме. Однако некоторые горожане, особенно имеющие отношение к хлебному промыслу, хранили жито в подклети дома, используя для этой цели бочки и бочонки.

Особенно любили на Руси кислый хлеб из заквашенного теста. Способы заквашивания теста были самые разные. Обычно в качестве закваски использовали пивную или квасную гущу, дрожжи или кусок старого теста.

Каким был на вкус хлеб наших предков, можно судить по воспоминаниям архидиакона Павла Аленского, который в книге «Путешествие антиохитского патриарха Макария…» писал: «Мы видели, как возчики и другие простолюдины завтракали им (хлебом), словно это была превосходнейшая халва. Мы совершенно не в состоянии есть его, ибо… кисел как уксус, да и запах имеет тот же».

Вообще полностью доверять тем описаниям явлений русской жизни, которые оставили многие из иноземных путешественников, вряд ли стоит. По этому поводу известный русский историк В.О. Ключевский писал: «Незнакомый или мало знакомый с историей народа, чуждый ему по понятиям и привычкам, иностранец не мог дать верного объяснения многих явлений русской жизни, часто не мог даже беспристрастно оценить их».

Но как бы там ни было, по свидетельствам очевидцев, хлеб тех времен действительно был очень кислый. Процедура выпечки хлеба была довольно сложная, поэтому пекли его, как правило, один или два раза в неделю. Выглядело это примерно так.

Вечером, до захода солнца, хозяйка, как правило, самая опытная в доме женщина (свекровь или невестка), начинала готовить квашню. Квашня была постоянно в работе и мыли ее очень редко. Кстати, по этому поводу в народе ходило очень много шуток. Согласно одной из них женщина потеряла сковороду, на которой пекла блины. Целый год она искала пропажу и нашла только после того, как вымыла квашню.

Итак, квашню натирали солью, размешанной с закваской, заливали теплой водой и бросали в нее кусок теста, оставшийся от предыдущей выпечки. Размешав закваску, доливали теплую воду и засыпали из специального дощатого либо долбленого

корытца просеянную через сито или решето муку. Затем тесто размешивали до консистенции густой сметаны, ставили квашню в теплое место и сверху прикрывали чистым полотенцем.

К утру следующего дня тесто поднималось и его начинали вымешивать. Работа эта была довольно трудоемкой и требовала сноровки. Вымешивали тесто до тех пор, пока оно не начинало отставать от стенок квашни и от рук. Затем его снова ставили в теплое место и после того, как оно повторно подходило, снова вымешивали и разделывали на круглые гладкие хлебы. Давали им расстояться и только после этого сажали в печь. Под печи, где выпекался хлеб, устилали капустными либо дубовыми листьями. Пекли хлеб и без листьев. В этом случае лопату, на которой булки сажали в печь, посыпали мукой.

Перед выпеканием хлеба печь хорошо протапливали, а золу и угли выметали с пода метлой. Равномерный жар в русской печи способствовал хорошему пропеканию хлебов. Для того чтобы определить, готов ли хлеб, булку вынимали из печи и, взяв в левую руку, постукивали снизу. Хорошо пропеченный хлеб должен был звенеть, как бубен.

Женщина, которая пекла хлеб, пользовалась в семье особым уважением. Та же хозяйка, что пекла хлеб лучше других, считалась самой домовитой и по праву гордилась этим.

Особым искусством хлебопечения отличались монастырские пекари. Так, в Печерском монастыре была специальная группа чернецов во главе со «старшим пекущим», которые выпекали хлеб. Помещение, где ели монахи (трапезная), в Древней Руси называлось «хлебная келья».

Во все времена к труду пекаря на Руси относились с особым почтением и уважением. Об этом свидетельствует, в частности, такой факт. В XVI–XVII веках простых людей называли в быту и в официальных документах просто — Федька, Гришка, Митрошка. Мастеров же своего дела, коими являлись и пекари, именовали полным именем — Федор, Григорий, Дмитрий. Порой к имени прибавляли фамилии либо прозвища.

Пекарь должен был быть не только искусным мастером, но и честным человеком. За пекарями был особый догляд, тех же, кто допускал «подмес» или порчу хлеба, а тем более спекулировал им, сурово наказывали.

В 1624 году была даже составлена специальная правительственная инструкция: «Память приставам, назначенным в Москве для смотрения за печением и продажею хлеба».

Грозой московских пекарей того времени были приставы («хлебного веса целовальники»). Известны даже имена некоторых из них — это Богдан Бекетов, Дорофей Иванов, Василий Артемов.

Боялись их как огня. Всюду — на рынках и в пекарнях, в торбах у покупателей выискивали они доказательства против пекарей — «корыстолюбивцев». Взвешивали хлебы и проверяли их качество, чтобы «гущи и подмесу никакого не было отнюдь».

Приставы имели широкие полномочия. Даже монастырские и дворцовые пекарни не были свободны от их контроля, наведывались они в боярские усадьбы и даже на митрополичий двор. За нарушения пекари строго наказывались, вплоть до телесных экзекуций. Правда, и от самих контролеров инструкция требовала абсолютной честности и беспристрастия: «Другу не дружить, а недругу не мстить и посулов (взяток. — авт.) и поминков (подарков) от того не иметь, ни от кого ничего».

Интересно, что к контролю за работой пекарей и пекарен привлекались и представители городской общественности. А участие в этой работе считалось делом исключительно почетным.

Что же, иной раз, купив в современной булочной современную буханку хлеба, испеченную на современном хлебозаводе, остается только сожалеть, что те приставы с их несовременным рвением к выполнению своих обязанностей остались в далеком XVII веке: недобросовестность встречается и поныне.

Лучшие русские тестоводы и пекари, мукосеи и калачники так преуспели в мастерстве хлебопечения, что нередко послы других государств отправляли российский хлеб в качестве особого лакомства к европейским дворам.

Процесс хлебопечения постоянно совершенствовался, расширялся и ассортимент различных видов печеных хлебов. Этому способствовало высокое искусство мукомольного дела на Руси. Так, во времена царя Алексея Михайловича вырабатывалось 25 сортов ржаной и 30 сортов пшеничной муки.

Среди мастеров хлебного дела в XVI–XVII веках различали: хлебников, ситников, саечников, калачников, крендельщиков (бараночников), блинников, кисельников, пряничников. И все же основную роль в питании народа всегда играл ржаной или, как его еще называют, «черный» хлеб. Он был значительно дешевле пшеничного — белого хлеба, да и сытнее. В предисловии к «Расходной книге патриаршего приказа кушаньям, подававшимся патриарху Адриану и разного чина людям с сентября 1698 по август 1699 г.» записано, что русские ели преимущественно ржаной хлеб. Название «хлеб» значило собственно ржаной. Пшеничная мука употреблялась на просвиры, а в домашнем быту — на калачи, которые вообще для простого народа были лакомством в праздничные дни. От этого и поговорка «калачом не заманишь», т. е. самым редким куском.

Однако не всякий ржаной хлеб был дешев. Так, для выпечки «боярского» хлеба использовали ржаную муку особого помола, свежее масло, не перекисшее, а в меру сквашенное молоко, добавляли в тесто пряности. К такому хлебу не всякий и состоятельный человек мог приценяться, поэтому пекли его только по специальному заказу для особых случаев.

Из муки, просеянной через сито, пекли ситный хлеб. Он был значительно нежнее решетного хлеба, выпеченного из муки, просеянной через решето. Решетный хлеб считался самым распространенным на народном столе.

Лучшим же хлебом, который подавали на стол в богатых домах, был так называемый «крупчатый» белый хлеб из хорошо обработанной пшеничной муки.

Низкокачественными считались «пушные» виды хлеба. Их пекли из непросеянной муки и называли «мякиной».

В период неурожаев, когда не хватало запасов ржи и пшеницы, в муку подмешивали всевозможные добавки: морковь, свеклу, позднее картофель, а также дикорастущие — желуди, кору дуба, лебеду, крапиву и пр.

Согласно одной из легенд, некто Прохор из Смоленска в неурожайный голодный год указал людям способ приготовления суррогата хлеба из лебеды. Этим он спас себя и своих земляков, за что и получил прозвище Лебедник.

На юге и юго-востоке России со временем (XIX в.) посевы пшеницы постепенно вытеснили рожь. В результате местное население этих районов стало употреблять в пищу ржано-пшеничный («серый») или пшеничный («белый») хлеб. Это явление характерно и для наших дней.

В конце XIX века городское население обычно покупало хлеб у булочников, которые выпекали его в больших количествах и различных видов. В булочных и с лотков продавали подовый (в виде высоких толстых лепешек) и формовый (имеющий форму цилиндра либо кирпича) хлеб.

Разнообразны были и хлебобулочные изделия: калачи, бублики, баранки, крендели, печения и пряники. Многие из этих изделий готовились из сдобного теста, которого народная кулинария не знала. Сельские жители, как правило, редко лакомились этими изделиями. Их обычно покупали в городе для гостинца детям и за еду не считали. Городские же простолюдины довольно широко использовали всю эту выпечку для завтрака.

Особой любовью на Руси всегда пользовались калачи. Появились они очень давно и уже в древнерусском быту играли немаловажную роль. Калач был к месту на пышных пиршествах царей и в повседневном питании рядового горожанина. Их

посылали в знак особого расположения царя патриархам и другим особам, имеющим высокое духовное звание.

По свидетельству историков в день рождения Петра I гостям гостинной сотни и чернослободцам между прочими яствами было отпущено 240 калачей толченых. Вместе с тем калачами одаривали нищих и заключенных по большим праздникам. Конечно, это уже были не царские калачи.

Отпуская слугу «в увольнение», барин, как правило, давал ему мелкую монету «на калач».

В знак дружелюбия хлебами и калачами одаривались и иностранные посланники. Так, согласно одному из источников, некому англичанину Берроу по случаю были поднесены хлеб, шесть калачей, четыре сушеные щуки и мера овсяных круп.

Форма калачей была самая разная, в зависимости от фантазии пекаря и заказчика. Например, к столу Великого князя Василия подавали калачи и хлебы наподобие хомута. По предположению А.В.Терещенко такие калачи, вероятно, были позаимствованы от татар.

Прекрасными калачами славились московские булочники. Широкой известностью среди них пользовался И.Филиппов. Филипповские булочные всегда были полны покупателей. Интересные воспоминания о самом Филиппове и о его булочных оставил В.А. Гиляровский в книге «Москва и москвичи». Давайте вместе с ним заглянем в одну из таких булочных: «В дальнем углу вокруг горячих железных ящиков стояла постоянная толпа, жующая знаменитые филипповские жареные пирожки с мясом, яйцами, рисом, грибами, творогом, изюмом и вареньем. Публика — от учащейся молодежи до старых чиновников во фризовых шинелях и от расфранченных дам до бедно одетых рабочих женщин. На хорошем масле, со свежим фаршем, пятачковый пирог был так велик, что парой можно было сытно позавтракать».

Кроме пирогов, филипповские булочные прославились своими отменными калачами, сайками, а главное, черным хлебом, как свидетельствуют современники, прекрасного качества. «Прилавки и полки левой стороны булочной, имевшей отдельный вход, — вспоминает В А.Гиляровский, — всегда были окружены толпами, покупавшими фунтиковый черный хлеб и ситный». Сам И. Филиппов любил повторять: «Хлебушко черненький труженику первое питание». И сегодня, особенно пожилые москвичи, с большим уважением вспоминают о филипповском хлебе. Конечно же, почти не осталось тех людей, которые когда-то покупали этот хлеб. Время отсчитало с той поры много лет. Но живы в памяти москвичей рассказы их бабушек и дедушек о прелестях того хлеба.

И вот что обидно — не сохранили мы этих пирожков, саек, калачей, ситного, фунтикового черного. Ушли они из нашей жизни вместе с теми далекими временами. Сегодня на прилавках булочных их место заняли унылые батоны, черствеющие буквально по дороге от магазина до дома, безвкусные, «клеклые» буханки черного хлеба, пряники и сухари, которые опасно кусать, так как по твердости они не уступают граниту. Да, качество хлеба сегодня не выдерживает никакой критики. Поистине героические усилия и талант для развала любого дела потребовались руководителям, отвечающим за качество хлеба в стране, чтобы советские люди, познавшие голод последней войны, трагедию неурожаев послевоенных лет, вдруг стали выбрасывать в мусор хлеб! Путь к исправлению сложившегося положения только один — решительное повышение качества хлеба, резкое расширение ассортимента хлебобулочных изделий, возрождение забытых рецептов русских хлебопеков.

Когда у И.Филиппова спрашивали: почему «хлебушко черненький» только у вас хорош? Он отвечал: «Потому что хлебушко заботу любит. Выпечка-то выпечкой, а вся сила в муке. У меня покупной муки нет, вся своя, рожь отборную покупаю на местах, на мельницах свои люди поставлены, чтобы ни соринки, чтобы ни пылинки… А все-таки рожь бывает разная, выбирать надо. У меня все больше тамбовская, из-под Козлова, с Роминской мельницы идет мука самая лучшая. И очень просто!» Действительно, ничего сложного нет, просто с любовью человек относился к своему делу, знал ему цену и требовал этого же от своих подчиненных.

И здесь нам еще учиться и учиться у И.Филиппова.

Хлебобулочные изделия Филиппова пользовались славой и, естественно, большим спросом не только в Москве. Калачи и сайки ежедневно отправляли в Петербург к царскому двору. В Петербурге пробовали печь на месте «филипповские изделия», но ничего не получалось. И.Филиппов доказывал, что в Петербурге такие калачи и сайки не получатся: «Вода невская не годится!»

Обозы с его калачами, сухарями и сайками шли даже в Сибирь. По воспоминаниям ВА.Гиляровского «Их как-то особым способом горячили, прямо из печи замораживали, везли за тысячу верст, а уж перед самой едой оттаивали — тоже особым способом, в сырых полотенцах, — и ароматные, горячие калачи где-нибудь в Барнауле или Иркутске подавались на стол с пылу, с жару».

Не можем удержаться, чтобы не сделать еще одну выписку из замечательной книги ВА.Гиляровского. Речь идет о случае, который чуть не стоил Филиппову потери всего его дела и вместе с тем послужил отправным моментом для появления в

ассортименте булочника нового изделия — «сайки с изюмом».

В те времена всевластным диктатором Москвы был генерал-губернатор Закревский, «перед которым трепетали все». Так вот этому генералу каждое утро к завтраку подавали горячие сайки от Филиппова.

— «Э-тто что за мерзость! Подать сюда булочника Филиппова! — заорал как-то властитель за утренним чаем.

Слуги, не понимая, в чем дело, притащили к начальнику испуганного Филиппова.

— Э-тто что? Таракан?! — и сует сайку с запеченным тараканом. — Э-тто что?! А?

— И очень даже просто, ваше превосходительство, — поворачивает перед собой сайку старик.

— Что-о?.. Что-о?.. Просто?!

— Это изюминка-с!

И съел кусок с тараканом.

— Врешь, мерзавец! Разве сайки с изюмом бывают? Пошел вон!

Бегом вбежал в пекарню Филиппов, схватил решето изюма, да в саечное тесто, к великому ужасу пекарей, и ввалил.

Через час Филиппов угощал Закревского сайками с изюмом, а через день от покупателей отбою не было.

«И очень просто! Все само выходит, поймать сумей, — говорил Филиппов при упоминании о сайках с изюмом».

Вот такой это был интересный человек — булочник Иван Филиппов.

К сожалению, мы не располагаем рецептами филипповского хлеба. Однако для тех, кто захочет попробовать хлеб, который ели наши предки в конце XIX века, мы приводим здесь несколько его рецептов. Эти рецепты взяты нами из книги Марии Ределии «Дом и хозяйство», изданной в 1900 году.

Черный хлеб

Взять: 1,5 ведра ржаной муки, 0,5 ведра воды, 4 ложки соли.

Приготовление: с вечера замешивают тесто. Очень сухую ржаную муку всыпают в квашню, наливают столько воды, чтобы можно было замесить довольно густое тесто. Посолив, тесто сильно вымешивают и ставят в теплое место, чтобы оно поднялось, посыпав предварительно сверху мукою. На следующий день тесто вымешивают в продолжение получаса, всыпая при этом столько муки, сколько нужно для хлеба; и, накрыв тесто, его оставляют снова подниматься 2–2,5 ч. Потом, сделав хлебы, кладут их на стол, дают еще раз подняться и, слегка обмазав

теплой водой, сажают в печь. Для этой цели насыпают на лопату муки и кладут на нее по одному хлебу. Печь должна быть очень горяча и хлебы должны печься, смотря по величине, 1–2,5 ч.

В квашне всегда остается немного теста, которое годится для заквашивания нового теста. Кто любит очень кислый хлеб, тот должен оставлять кусочек теста для закваски.

Когда хлеб испечен, его слегка смачивают водой. Черный хлеб можно вынести на холодное место, только когда он совершенно остынет.

На приготовление такого хлеба обычно затрачивают 15–20 часов!

Ситный хлеб

Взять: 6 золотников дрожжей (25 г), 1,5 стакана молока или воды, чайную ложку соли, 1,5 фунта (600 г) крупно смолотой пшеничной муки.

Приготовление: 6 золотников дрожжей размешивают вместе с солью в 1,5 стакана теплого молока или теплой воды, кладут 1 фунт крупы смолотой пшеничной муки и дают подняться. Потом туда подсыпают столько муки, чтобы получилось очень крутое тесто и, сделав продолговатые хлебы, обмазывают их теплой водой, дав им предварительно еще раз подняться, и пекут их сначала в умеренном, потом в более сильном жару около 3–4 часа.

Время, нужное для приготовления этого хлеба, составляет около 4 часов.

Обыкновенный белый хлеб

Взять: 6 золотников дрожжей (25 г), 1,5 стакана молока, чайную ложку соли, 1 ложку масла, 1 фунт (400 г) муки.

Приготовление: 6 золотников дрожжей размешивают в 1,5 стакана молока с небольшим количеством соли, всыпают сразу 1 фунт муки, прибавляют 1 ложку растопленного масла и, выбив тесто как следует, кладут его в приготовленную форму, наполнив ее только до 1/3; тесту дают подняться так, чтобы форма была наполнена до 3/4. Хлеб пекут около часа сначала в умеренном, потом в более сильном жару. Если хотят, чтобы хлеб был сладким, то в тесто прибавляют 18 золотников (примерно 80 г) сахару и 4 золотника (17 г) кардамона.

Для приготовления этого хлеба потребуется около 4 часов.

Безусловно, сегодня найдется немного охотников

приготовить хлеб дома по этим рецептам. Разве что кто-либо из сельских жителей, в чьем доме имеется русская печь, решит попробовать вкус хлеба, испеченного по рецептам почти столетней давности. Гораздо легче купить батон пшеничного или буханку ржаного хлеба в ближайшей булочной. И все же хочется надеяться, что эти рецепты привлекут внимание многих читателей. Мы сегодня знаем, как устроен телевизор и радиоприемник, без труда можем установить многие неисправности в собственном автомобиле, имеем свое суждение о генной инженерии и компьютеризации. Но спросите любого молодого и не очень молодого человека, как испечь хлеб и почти наверняка вы увидите на его лице недоумение. И как здесь не вспомнить слова выдающегося русского физиолога растений К.А. Тимирязева: «Давно замечено, что мы не обращаем внимания на самые замечательные факты только по тому, что они слишком обыкновенны. Многим ли действительно приходила в голову мысль, что ломоть хлеба, хорошо испеченного пшеничного хлеба, составляет одно из величайших изобретений человеческого ума». Хорошо сказано!

Удивительно, но факт: мы, живущие на рубеже третьего тысячелетия, по уровню культуры отношений к хлебу стоим на более низкой ступени, чем наши предки, которые верили в его святость.

На бережное отношение к хлебу были направлены многие поверья. Так, считалось, что человек, уронивший кусок хлеба, должен, подняв его, обязательно поцеловать. Многие же из нас вместо этого выбрасывают уроненный кусок в мусорное ведро. Между тем, согласно другому поверью, все куски и крошки хлеба, которые человек выбрасывает, за ним подбирает черт. Если после смерти человека все выброшенные им куски хлеба будут весить больше, чем он сам, то черт заберет его душу. Остается только пожалеть, что подобное наставление сегодня уже не в состоянии противостоять небрежному, а зачастую преступно наплевательскому отношению к хлебу.

Однако каждый должен помнить, что то, как человек относится к Его величеству хлебу, во многом показатель его внутренней культуры. Действительно, культурный человек никогда не выбросит кусок хлеба. И такое отношение к хлебу нужно воспитывать с детства. Присмотритесь к пожилым людям, прожившим жизнь в деревне, пахавшим землю и сеявшим хлеб. К тому, как возьмут они буханку — бережно, двумя руками, как осторожно, чтобы не крошился, порежут его, как завернут его после обеда в холщовое полотенце, положат в самое удобное место. Это не жадность и тем более не мелочность, это уважение

к хлебу и людям, взрастившим его. Такое отношение присуще только тем, кто знает истинную цену хлеба. А она очень велика.

Прежде всего хлеб ценен сам по себе, как пищевой продукт. Ученые утверждают, что в нем содержится более 200 различных веществ. Среди них: 70 карбонильных соединений, более 30 различных кислот, свыше 20 видов спиртов и фенолов, около 20 эфиров, до 10 серосоединений. Кроме того, хлеб — это 5–8 % растительных белков и 40–50 % углеводов. Это значит, что люди, активно включающие хлеб в свое питание, покрывают с его помощью значительную часть потребности организма в энергии и растительных белках.

Богат хлеб и так называемыми балластными веществами — клетчаткой и полуклетчаткой, которые не перевариваются в организме человека.

Именно поэтому балластные вещества (грубые волокна) долгое время считались бесполезными и даже вредными для организма. Чем грубее помол муки, тем больше в хлебе из нее грубых волокон. Грубым хлебом питались раньше наиболее бедные слои населения. Богатые же предпочитали ситный хлеб из пшеничной муки тонкого помола. И невдомек им было, что грубый хлеб более полезен. Только в конце прошлого века ученые убедились в пользе грубых волокон.

Одним из первых для питания своих пациентов использовал хлеб, выпеченный из муки с отрубями, швейцарский гигиенист М.Платен. Создал же этот хлеб в конце XIX века профессор Грахам. И поныне во многих странах Европы такой хлеб называют «грахам».

Вообще же нужно отметить, что ошибочное представление о бесполезности грубых волокон широко распространено даже в наше «просвещенное» время. Оно дорого обходится обществу. Целые отрасли промышленности занимаются очищением продуктов «от балласта». Рафинированные продукты можно встретить сегодня везде.

Товарный вид таких продуктов, конечно же, более привлекательный, но питательная ценность ниже.

Так, при очистке муки в отруби уходят самые полезные для питания организма части зерна — зародыши и верхний слой. Именно в них в наибольшем количестве сконцентрированы витамины и минеральные вещества, компоненты, стимулирующие обмен веществ. Кроме того, ученые установили, что грубые волокна играют положительную роль в выводе из организма холестерина, а также в предотвращении ожирения.

Это мы рекомендуем запомнить тем читателям, которые ради стремления избавиться от лишнего веса полностью исключили

хлеб из своего меню.

Пищевая и энергетическая ценность хлеба зависят от вида зерновых, сортности муки, рецептуры и технологии приготовления. Стоит добавить в хлеб жиров, молока, сахаров и яиц, и его калорийность вырастает, как на дрожжах. Слов нет, эти добавки придают изделиям из хлеба приятный вкус и очень нравятся населению, особенно детям. Однако они же являются опасными для здоровья, если их вложение превышает научно обоснованные нормы.

Злоупотребление хлебобулочными изделиями, содержащими избыток жиров и сахаров — неминуемый путь к ожирению, сахарному диабету и другим заболеваниям.

Поэтому ученые и практики в области хлебопечения стремятся улучшить состав хлеба. Его обогащают белком, балластными веществами, витаминизируют. Выпускается также специальный диетический хлеб без глютена, хлеб, который долго не черствеет и не плесневеет.

Огромное значение всегда имела привлекательность хлеба, его аромат. По выражению И.П. Павлова, хлеб — это продукт, который «начинают есть глазами». Сам по себе хорошо испеченный кусок хлеба всегда привлекателен. Ароматический же его «букет» состоит примерно из 200 летучих органических соединений. Кто хоть раз вдохнул запах свежеиспеченного горячего хлеба, не забудет его никогда.

Иногда для улучшения аромата некоторые виды хлеба пекут с добавлением ванилина, тмина, кориандра и других веществ. Возможно, в этом нет ничего плохого. Но ароматические добавки не должны забивать натуральный хлебный дух.

Никогда не надо путать буханку хлеба с пирогом. У нее особое назначение, отсюда и особое отношение к ней.

Мы ценим хлеб не только за то, что это продукт номер один. Есть у него и другая цена, куда большая.

Как сказал поэт:

Она не та, что в магазине,
А та,
Что во поле, цена.
Алексей Мишин «Особой ценой»

Блины

Блины… Что может быть проще и привычнее этого кушанья для россиянина. Тонкие и узорчатые, как вологодское кружево, пухлые и аппетитные, как «плечо купеческой дочки», они всегда кстати на нашем столе, и в праздники, и в будни, в пост и мясоед мы с удовольствием едим да нахваливаем это удивительное кулинарное творение.

Казалось бы, что особенного в этих блинах — обыкновенное запеченное тесто. Но рассуждать так может только тот, кто никогда не пробовал русских ноздреватых блинов, не вдыхал их волшебного аромата.

Однако не только удивительный вкус снискал заслуженную славу блинам. Дошедшее до нас из языческих времен, — это кушанье олицетворяет собой праздник проводов зимы и встречи весны — масленицу. И не случайна поэтому круглая форма блина: присмотритесь, ведь он похож на маленькое румяное солнышко. «Блин кругл, как настоящее щедрое солнце, — читаем мы у А.И.Куприна. — Блин красен и горяч, как горячее всепрогревающее солнце, блин полит растительным маслом — это воспоминание о жертвах, приносимых могущественным каменным идолам. Блин — символ солнца, красных дней, хороших урожаев, ладных браков и здоровых детей». Эти строчки — не только гимн блинам, но призыв свято помнить свои национальные традиции, не разделяя их на главные и второстепенные.

К сожалению, в советский период истории нашей страны масленица, как впрочем и остальные народные и религиозные праздники, были вычеркнуты из календаря. И уже мало кто знает, когда бывает Рождество или Пасха и что означает Красная горка или Благовещенье. А ведь все это — часть нашей культуры, традиции, без которых любой народ словно дерево без корней.

Сегодня наконец-то мы начинаем осознавать это. Уже, несколько смущенные, дикторы телевидения, поздравляют нас с Рождеством, а на масленицу устраиваются народные гуляния. Правда, проводятся они пока еще в духе соцреализма с традиционным общепитовским угощением — ледяной газировкой, черными как угли шашлыками и блинами, вместо сметаны покрытыми инеем.

Лет сто же назад масленичная картина в России сияла более радостными красками. Но прежде чем взглянуть на эту картину, вспомним одну из многочисленных легенд появления этого праздника.

…Однажды, собирая в лесу хворост, человек вдруг заметил среди высоких сугробов маленькую розовощекую девочку. Ее большие глаза удивленно смотрели на него и не было в них просьбы о помощи, а скорее откровенное детское любопытство. Не похоже было, что девочка замерзла, хотя одета она была в легкую белую шубку, а мороз все крепчал и февральская вьюга завывала довольно злобно.

— Чья ты, девочка, и как твое имя? — спросил человек.

— Я дочь Мороза, а зовут меня Масленицей, — ответила девочка, во все глаза продолжая рассматривать человека.

— Почему ты на меня так смотришь? — спросил оробевший мужичонка.

— Я никогда не видела людей. Ты первый, с кем я встретилась.

Немного придя в себя, человек стал просить Масленицу уговорить своего батюшку пожалеть людей, ослабить холода.

— Наши дома все выстужены, детишки мерзнут и плачут, некому нас бедных обогреть, утешить и развеселить.

— Что ж, — сказала Масленица, — батюшка мой строг и суров, но я помогу вам. Ступай к людям и скажи, пусть ждут меня, да припасут побольше еды, чтобы было чем встретить дочь Мороза.

С тем и ушел человек. А Масленица не обманула, она действительно пришла к людям, но не той маленькой девочкой, которую видел человек в лесу, а здоровенной ядреной бабой, с жирными румяными щеками, жгучими коварными глазами и не с улыбкой на устах, а хохотом, который эхом разносился на сто верст вокруг.

На лихой тройке понеслась она по деревням, селам и городам русским. И всюду, где бы ни появлялась Масленица, веселыми забавами, лихой пляской, задорной песней, чаркой вина, да огневыми блинами разгоняя зазябшую в жилах кровь, заставляла людей забыть о зиме.

С тех пор масленичная или, как ее еще называют, сырная неделя, несмотря на суровое время года, считается самым веселым праздником славянского календаря.

Ликует град первопрестольный,
Разгулу дав широкий взмах,
И пенной чары звон застольный
Под говор праздничный и вольный
Звенит на всех семи холмах.
И этот звон, сливаясь вместе,
Волной могучею встает, —

О русской масленице вести
По свету белому несет.
Гремит серебряным набором
Ямская сбруя на конях,
И москвичи с веселым взором,
Блистая праздничным убором,
Летят в разубранных санях.
А тройка мчится на приволье
Стрелой, порывисто дыша,
Простора просит и раздолья
Живая русская душа…

Вот так описал неизвестный поэт встречу масленицы москвичами в 90-х годах прошлого века.

Русский народ называл масленицу веселою, широкою, разгульною, честною, тридцати братьев сестрою, сорока бабушек внучкой, трех матерей дочкой и т. д.

Не беремся объяснить, что это за тридцать братьев и сорок бабушек, но факт, что масленица действительно была веселым праздником, нашел свое отражение в воспоминаниях многих современников.

Запоминающийся портрет масленицы, например, написан в одном из стихотворений, опубликованных в «Сатирическом вестнике» за 1790 год:

Вот вам румяная и жирная богиня,
Обжорства и питья и драк всех героиня,
Шатается по городам, по селам, деревням…

Гулянья или «потехи», как их называли в старину, устраивали всюду. Среди многочисленных увеселений самыми популярными были те, что в наибольшей степени отвечали «живой русской душе».

Катанье с ледяных гор, разъезды, балаганы, дающие различные представления, кулачные бои, борьба, забавы с медведями и многое другое заставляло людей забыть на время свои дела и проблемы, окунуться с головой в праздник. В знатных домах давались балы и маскарады, купечество охотно посещало театры.

В Петербурге на Адмиралтейской площади из снега возводили высоченную гору и заливали ее водой. Наверное, не было в городе человека, которому не хотелось бы, забыв о пристойности и чине, скатиться на санках с этой гигантской горы.

И, конечно же, особую радость это сооружение доставляло ребятне, которая, затаив дух, летела с горы почти до самой Дворцовой площади.

В Москве гулянья проходили и у Красных ворот, и на Разгуляе, пестрыми торговыми палатками расцвечивалась Москва-река. При этом с каждым днем масленичной недели разгул усиливался, достигая своего апогея к субботе «широкой масленице». Кстати, каждый день этой необычной недели имел свое название.

Так, понедельник называли встречею, вторник — заигрышем, среду — лакомками, четверг — переломом или разгулом, пятницу — тещиными вечернями, субботу — золовкиными посиделками, воскресенье — проводами, целовальником, прощенным днем.

По воспоминаниям современников, в субботу полностью прекращалась деловая жизнь, прекращались работы в мастерских, закрывались торговые конторы и многие магазины, дети освобождались от занятий в школе.

«По городу мчались тройки, — вспоминает масленицу поэт И.А. Белоусов, — разряженные цветными лентами и бумажными цветами, с бубенчиками и колокольчиками, и у застав устраивали катанья — там больше простой призаставный люд выезжал на своих лошадях, также разубранных лентами и цветами».

Часто такие катания превращались в смотрины невест и женихов. Глядишь, после таких смотрин и просватают купеческую дочь-красавицу, а там, после Пасхи, на Красную горку, и свадьба.

На площадях в балаганах давались различные понятные и доступные простому народу представления. Репертуар их был довольно злободневным и находил отклик в душах людей.

Тот же Белоусов по этому поводу пишет: «Помню балаганы, в которых давались героические, с патриотическим духом представления; сюжетом для них служили эпизоды из происходившей тогда русско-турецкой войны. «Взятие Плевны», «Взятие Карса» — такие пьесы служили «гвоздями» балаганного репертуара.

В представлениях участвовали настоящие солдаты, отпускаемые своим начальством из казарм. Происходили сражения с выстрелами из пушек, дрались штыками, и русские всегда оставались победителями». Так что оскорбительное нынче слово «балаган», которым в сердцах называют низкопробное зрелище, возможно, достойно более приличного контекста. А современным дипломированным организаторам массовых гуляний есть чему поучиться у своих предков.

Тут же на площадях весело вертелись карусели, взлетали высоко в небо качели, стараясь перекричать друг друга, сновали

торговцы разной снедью: рубцами, горячими кишками, начиненными гречневой кашей, пирамидками гречневиков и, конечно, блинами. Их разносили в закрытых ящиках, из которых валил ароматный пар.

Люди расхаживали между всеми этими забавами, соря семечками и скорлупой от орехов. Желающие пропустить стаканчик-другой скрывались под парусиновыми сводами шатров, где и угощались вином. Те же, кто побогаче, не обходили стороной трактиры, которых в Москве было предостаточно.

Многие из наших современников представляют себе трактир как грязный подвал, где до одури напившиеся пролетарии клянут на чем свет стоит свою тяжелую жизнь. Что же, безусловно были и такие заведения, но называли их не трактирами, а кабаками.

Трактиры же в основном представляли собой довольно благопристойные заведения, кстати, во многом превосходившие современные внеразрядные и прочие люксовые рестораны.

Вот, например, как описывает трактир прошлого века П.И.Богатырев в своих мемуарах, опубликованных в газете «Московский листок» за 1906 год: «Достопримечательность Охотного ряда — это трактир Егорова, существующий более ста лет. Егоров, как говорили, принадлежал к беспоповской секте и не позволял курить у себя в трактире. Для курящих была отведена наверху довольно низенькая и тесная комнатка, всегда переполненная и публикой, и дымом. По всему трактиру виднелись большие иконы старого письма, с постоянно теплящимися лампадками. Здесь подавали великолепный чай, начиная от хорошего черного и кончая высшего сорта ляснином. Кормили здесь великолепно, но особенно славился этот трактир «воронинскими» блинами. Был какой-то блинщик Воронин, который и изобрел эти превосходные блины… Популярность этого трактира была очень велика, и всякий провинциал, прибывший в Москву, спешил к Егорову «блинков поесть».

На масленицу наиболее респектабельные трактиры выпускали специальные карточки со стихами. Половые на блюде подносили такую карточку посетителю, приглашая его отведать угощение, приготовленное поварами трактира на «широкую масленицу». Карточка же являлась визиткой заведения, так как на ней обязательно было наименование трактира и красочный масленичный сюжет.

В эти дни, переступая порог трактира, гости забывали о всех своих болячках и не было грехом

есть до икоты,
пить до перхоты,

петь до надсады,
плясать до упаду!

Главной особенностью масленицы всегда был обильный стол. В народе ее даже называли «объедуха». И действительно, особенно в субботу сырной недели повсюду в домах собирались гости, съедалось неимоверное количество блинов и выпивалось столько водки, вин и пива, что трудно себе представить. Правда, такое чрезмерное усердие для многих оканчивалось довольно печально.

Любой иностранец, увидя такой гастрономический разврат, пришел бы в ужас. По этому поводу А.П.Чехов написал очень интересный рассказ «Глупый француз», суть которого такова. Как-то французский клоун зашел в московский трактир. В ожидании, когда ему подадут консоме, он решил понаблюдать за тем, как едят русские. Его внимание привлек «полный благообразный господин», который заказал порцию блинов. «Как, однако, много подают в русских ресторанах! — подумал француз, глядя, как сосед поливает свои блины горячим маслом. — Пять блинов! Разве один человек может съесть так много теста?» Но к его изумлению господин в пять минут съел все блины и, посетовав на маленькие порции, заказал еще «штук десять или пятнадцать!» Француз решил, что сидящий перед ним человек болен. Когда же любитель блинов, словно голодный, спеша и едва разжевывая, съел их целую гору, закусывая семгой и икрой, а затем заказал еще порцию блинов, бутылку вина и селянку из осетрины (разновидность супа на крепком бульоне — мясном, рыбном или грибном), клоун решил, что перед ним человек, который хочет умереть.

«Порядки, нечего сказать! — проворчал сосед, обращаясь к французу. — Меня ужасно раздражают эти длинные антракты! От порции до порции изволь ждать полчаса! Этак и аппетит пропадет к черту и опоздаешь… Сейчас три часа, а мне в пять надо быть на юбилейном обеде.

— Pardon, monsieur, — побледнел Пуркуа, — ведь вы уже обедаете!

— Не-ет… Какой же это обед? Это завтрак… блины…»

Тут соседу принесли селянку. Он налил себе полную тарелку.

Француз окончательно уверился, что этот человек решил покончить с собой таким необычным способом. Он подошел к соседу и выразил ему свои опасения.

«Я много ем?! — удивился сосед… — Поглядите, ем, как все!»

Пуркуа поглядел вокруг себя и ужаснулся. Половые

толкались и, налетая друг на друга, носили целые горы блинов… За столами сидели люди и поедали горы блинов, семгу, икру с таким же аппетитом и бесстрашием, как и благообразный господин.

— О, страна чудес! — думал Пуркуа, выходя из ресторана. — Не только климат, но даже желудки делают у них чудеса! О, страна, чудная страна!»

Самое интересное, что писатель здесь почти ничего не приукрасил. Со свойственным ему юмором А.П. Чехов словно срисовал эту картинку с реальной жизни той эпохи.

Да и сегодня, несмотря ни на какие диеты и ограничения, блины в России едят довольно часто, отнюдь не ограничиваясь двумя-тремя штуками.

Были и специальные дни, когда приглашали «на блины». Так, в среду, т. е. на лакомки, такое приглашение от тещи получали зятья с женами. Наверняка, отсюда и пошло выражение «к теще на блины». Обычно в этот день «для удовольствия любимого зятька» собиралась на гулянье вся местная родня.

Зато в пятницу, на тещины вечерки, зять должен был угощать блинами тещу с тестем. Зятья и дочери приглашали родителей поучить их уму-разуму. Такое приглашение считалось у наших бабушек и дедушек великой честью, о нем обычно знали все соседи и родня.

Правда, угощение было весьма своеобразным. Курьез заключался в том, что званная теща обязана была с вечера прислать в дом к молодым весь блинный скарб: таган, сковороды, черпак и даже кадку, в которой заквашивается тесто для блинов. Тесть же присылал муку и кадочку с коровьим маслом.

Однако это не смущало родителей, главное — то почтение, которое оказывали им молодые в своем доме.

В старину блины пекли, как правило, из кислого (дрожжевого) теста. Мука на тесто шла самая разная: гречишная, пшеничная, просяная, ячменная и даже гороховая.

Сегодня мы печем обычно блины из пшеничной муки, а между тем истинно русские блины — из муки гречишной. Многие современные хозяйки, к сожалению, не имеют даже элементарного представления об этих блинах. А жаль! Поверьте, они стоят того, чтобы вновь занять свое почетное место на нашем столе. Пшеничные блины не имеют той пухлости и рыхлости, каковые придает гречневая мука. Кроме того, блины из гречки обладают очень приятным, слегка кисловатым привкусом.

Печь блины, как говорится, дело нехитрое. И все же некоторые советы, которые мы хотим дать, думается, не повредят даже опытным хозяйкам. Тем более, что эти советы мы

почерпнули из разных старых кулинарных книг, которые в свое время пользовались популярностью и доверием современников.

Итак, чтобы ни первый, ни второй блин не были «комом», нужно запомнить основные правила и приемы замешивания теста. Как мы уже говорили, блины готовят обычно из дрожжевого теста. Правда, иногда в качестве разрыхлителя можно использовать кислое молоко, соду и яичные белки.

Вначале замешивают опару. Кстати, в старину при постановке первой опары для блинов соблюдались определенные обряды. И вообще это считалось таинством.

Одни хозяйки готовили опару на своем дворе из снега при свете месяца. При этом они причитали: «Месяц ты, месяц, золотые твои рожки, взгляни в окошко, подуй на опару».

Другие выходили вечером готовить опару на реку, озеро или к колодцу. Дело это считалось крайне ответственным и выполнялось в тайне от домашних и посторонних.

Что же, может, кого и привлечет подобный способ приготовления опары. Не знаем, как на вкус, но романтичность этих блинов гарантирована.

Обычно же, в теплой воде разводят дрожжи, а затем, постепенно добавляя в воду или молоко муку, замешивают тесто. Для опары берут половину всей муки, которая пойдет на блины.

Кстати, о муке. Как мы уже говорили, для блинов используют разную муку: пшеничную, гречневую, овсяную, рисовую и пр. Если вам не удалось купить нужную муку в магазине, советуем приготовить ее дома. Для этого соответствующую крупу нужно тонко промолоть на обычной электрической кофемолке.

Советуем запомнить, что наиболее рыхлые и пухлые блины получаются, когда опара замешана на воде. Вкуснее же блины на молоке. Учитывая это, лучше выбрать «золотую середину» и замешивать опару на смеси воды и молока.

При этом, кроме свежего молока для замеса теста можно использовать кефир, пахту, сметану, сливки, сыворотку и другие молочные продукты. Молоко улучшает вязкость и пластичность теста, усиливает процесс его разрыхления, так как наряду со спиртовым брожением, вызванным дрожжами, обеспечивает молочнокислое брожение.

Количество дрожжей зависит от вида муки. Так, для теста из гречневой муки дрожжей нужно взять больше, чем для теста из крупчатки. Но вы не ошибетесь, если на 4 стакана муки положите 25–30 г дрожжей. Конечно же, это соотношение верно только для свежих дрожжей. Но ведь бывает и так. Лежат-лежат дрожжи в морозильнике холодильника без надобности, а когда, наконец, придет их час, они уже старые и тесто подходит плохо. Есть

разные способы «реанимировать» старые дрожжи. Вот один из них.

Дрожжи следует мелко искрошить (но не растирать) и развести теплым молоком (на 25–30 г дрожжей треть стакана молока). При этом нужно проследить, чтобы после размешивания не осталось комочков.

Если же комочки не растворяются, а это часто бывает со старыми дрожжами, то растирать их не следует. Лучше процедите раствор через ситечко.

В молочно-дрожжевой раствор затем нужно добавить 1–2 чайные ложки сахарного песка и, размешав смесь, оставить ее на 10–15 минут. На готовность дрожжей для дальнейшей работы с ними укажут появившиеся пузырьки.

Свежие дрожжи также предварительно разводят в воде или молоке. Затем к разведенным дрожжам добавляют нужное для опары количество жидкости и постепенно, при постоянном помешивании лопаткой, всыпают муку. В общем, на опару идет, как правило, не менее четверти всей муки, предназначенной для теста. Консистенция теста должна быть жидкая, как у сметаны. Обычно на одну часть жидкости кладут одну часть муки.

Замешивать опару следует в деревянной либо эмалированной посуде, размер которой нужно выбрать с учетом того, что объем теста увеличивается в 2–3 раза.

Когда тесто замешано, кастрюлю с ним накрывают полотенцем и ставят в теплое место. Ни в коем случае не накрывайте посуду с опарой плотной крышкой. Тесто должно «дышать». Если опара подходит слишком быстро, ее следует размешать и переставить в менее теплое место.

Но вот опара увеличилась в 2–3 раза. Эти сигнал для дальнейшей работы с тестом.

В кастрюлю добавляют оставшуюся муку и компоненты, которые указаны в рецепте (яичные желтки, соль, сметану, масло и пр.). Тесто хорошо перемешивают и снова ставят в теплое место.

После того как тесто поднимется во второй раз, оно готово для выпекания блинов.

Конечно же, лучше всего печь блины в русской печи, хорошо протопив ее мелкими сухими березовыми дровами. Равномерный хороший жар печи, словно волшебник-невидимка, усеивает тесто многочисленными дырочками, румянит его, делает особенно привлекательным. А что за дух стоит на кухне, когда пекутся блины! И нет уже терпения, чтобы дождаться первого блина. Вот как описал этот момент А.П.Чехов в рассказе «О бренности»: «Глаза его (Подтыкина — ред.) подернулись маслом, лицо

покривило сладострастием…

— Ну, можно ли так долго? — поморщился он, обращаясь к жене. — Скорее, Катя!

Но вот, наконец, показалась кухарка с блинами… Семен Петрович, рискуя ожечь пальцы, схватил два верхних, самых горячих блина и аппетитно шлепнул их на свою тарелку. Блины были поджаристые, пористые, пухлые, как плечо купеческой дочки…»

Уходят в прошлое печи, а блины остаются. Современные хозяйки успешно выпекают их на газовых и электрических плитах.

Сковороды, на которых пекут блины, лучше выбрать чугунные. Размер их должен быть небольшой, так как русские блины выпекают величиной с блюдце. В старые времена продавались специальные сковороды для блинов. Они состояли из нескольких маленьких сковородок, сваренных вместе.

Важно, чтобы сковороды были абсолютно чистыми. Для этого их ставят на огонь, дно посыпают солью, прокаливают, а затем протирают сухой чистой тряпкой. После такой подготовки блины не пригорают, легко отстают от сковороды.

Если вы завели специальную сковороду для блинов, то, однажды подготовив ее, лучше больше не мыть. Иначе, каждый раз перед выпечкой блинов придется снова готовить ее.

Тесто на сковороду лучше выливать деревянным черпаком, но можно использовать для этой цели и любой другой половник, главное, чтобы в нем помещалась порция теста для одного блина.

Если тесто окажется слишком густым, его нужно разбавить теплым молоком. Делают это так: откладывают в миску несколько ложек теста, размешивают его с нужным количеством молока и только после этого соединяют с основной массой.

Перед тем, как вылить тесто на раскаленную сковороду, ее смазывают растительным маслом либо несоленым салом. В качестве помазка можно использовать кусок ткани, обернутый марлей. Когда блин зарумянится, покраснеет с одной стороны (с нижней), а с другой весь покроется дырочками, его следует перевернуть лопаткой.

Готовые блины укладывают стопкой, смазывая каждый блин сливочным или топленым маслом, и ставят в теплое место, чтобы они не остыли. Лучше использовать для этой цели специальную блинницу — большое керамическое блюдо с полусферической крышкой.

Но лучше есть блины «с пылу с жару», т. е. сразу после того, как их испекли.

Между прочим, с чем едят блины и каким образом — целая

наука. Для того, чтобы постичь ее азы, снова вспомним А.П.Чехова: «Вокруг напитков в художественном порядке теснились сельди с горчичным соусом, кильки, сметана, зернистая икра… Блины были поджаристые, пористые… Подтыкин приятно улыбнулся, икнул от восторга и облил их горячим маслом. Засим, как бы разжигая свой аппетит и наслаждаясь предвкушением, он медленно, с расстановкой, обмазал их икрой. Места, на которые не попала икра, он облил сметаной… оставалось теперь только есть, не правда ли? Но нет!.. Подтыкин взглянул на дела рук своих и не удовлетворился… Подумав немного, он положил на блины самый жирный кусок семги, кильку и сардинку, потом уж, млея и задыхаясь, свернул оба блина в трубку, с чувством выпил рюмку водки, крякнул, раскрыл рот…»

Конечно, с позиций современных взглядов на рациональное питание так есть — только вредить своему здоровью. Может, поэтому чеховского героя и «хватил апоплексический удар». И все же блины нужно есть именно так, со «смаком», иначе не понять всей прелести этого замечательного блюда. И еще. Нельзя блины есть наспех, между делом. Они требуют к себе особого отношения и уважения. Лучше печь их в воскресные или в праздничные дни, когда все домочадцы в сборе. Да и не испечь настоящих блинов в будний день при нашей вечной нехватке времени, ведь для этого потребуется не один час.

Воскресный же день — совсем иное дело, здесь уже можно и поколдовать над квашней. Да и с калориями будет все в порядке, если блины на вашем столе не завсегдатаи, а желанные гости.

Ну, а почему бы не возродить старые, добрые традиции и не пригласить родственников и друзей именно на блины. Уверены, что этот день станет памятным для всех: и гостей, и хозяев.

А какие блины испечь, мы надеемся, вам подскажут рецепты, приведенные в этой книге. Вообще русская кухня знает сотни рецептов самых разных блинов, оладий и изделий из них. Их пекут на дрожжах и на соде, чисто гречневые и чисто пшеничные, гречнево-пшеничные, ячменные, с припеком и без… не перечислить всех их разновидностей. Да и названий у блинов масса: сдобные, скорые, красные, крестьянские, царские, боярские и т. д.

Вот некоторые рецепты этих блинов. Надеемся, они вам понравятся.

Постные блины

4 ст. гречневой муки, 4,5 ст. молока, 20–25 г дрожжей, соль по

вкусу

В эмалированную кастрюлю влить 0,5 стакана теплого молока и развести в нем дрожжи. Добавить еще 1,5 стакана молока. Постепенно, при непрерывном помешивании, всыпать в кастрюлю с молоком 2 стакана муки. Тесто хорошо размешать так, чтобы не было комков. Накрыть кастрюлю полотенцем, поставить в теплое место (к батарее центрального отопления). Когда тесто подойдет, т. е. увеличится в объеме в 2–3 раза, добавить к нему остальную муку, молоко, соль, хорошо размешать и вновь поставить в теплое место. После того как тесто снова подойдет, можно начинать выпекать блины. При этом зачерпывать тесто из кастрюли нужно очень осторожно, чтобы не дать ему опасть. От этого зависят пухлость, рассыпчатость блинов.

Здесь и далее в рецептуру теста для блинов не включено масло для смазывания сковороды. Обычно перед тем, как вылить на сковороду тесто, ее смазывают одной чайной ложкой растительного масла.

Блины заварные

4 ст. гречневой муки, 2,5 ст. воды, 2 ст. молока, 20–25 г дрожжей, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу.

Всыпать в кастрюлю два стакана муки, обдать ее двумя стаканами кипятка, хорошо размешать, чтобы не было комков. Когда тесто остынет до температуры парного молока, развести в половине стакана теплой воды дрожжи, влить их в опару. Опару хорошо взбить, накрыть полотенцем и поставить подходить в теплое место. Когда опара увеличится в объеме в 2–3 раза, добавить в нее муку, молоко, соль, снова взбить и поставить в теплое место.

Далее поступают, как описано в предыдущем рецепте.

Сдобные гречневые блины

2 ст. гречневой муки, 2 ст. пшеничной муки, 4 ст. молока, 3 яйца, 100 г сливок, 1 столовая ложка сахара, 25–30 г дрожжей, 2 столовые ложки сливочного масла, соль по вкусу.

В эмалированную кастрюлю всыпать гречневую муку, влить 2 стакана теплого молока, предварительно разведя в нем дрожжи. Все хорошо размешать и поставить в теплое место. Когда тесто поднимется, размешать его деревянной ложкой, влить остальное молоко, всыпать пшеничную муку и хорошо перемешать. Тесто снова поставить в теплое место. После того, как тесто снова

подойдет, в него добавить яичные желтки, растертые с двумя столовыми ложками растопленного сливочного масла, сахаром, солью. Все продукты перемешать.

Взбить отдельно сливки и яичные белки. Добавить их в тесто и, осторожно перемешав, снова поставить в теплое место на 15–20 мин.

Выпекать блины обычным способом.

Блины крестьянские

3 ст. гречневой муки, 1 ст. пшеничной муки, по два ст. молока и воды, 2–3 столовые ложки растопленного сливочного масла, 4–5 яиц, 25–30 г дрожжей, соль по вкусу.

Гречневую муку смешать с пшеничной и, отделив половину, замесить опару на смеси из воды и молока. Далее блины приготовить так же, как сдобные, но без сливок.

Блины красные (пшеничные)

4 ст. пшеничной муки, 4 ст. молока, 50 г сливочного масла, 3 яйца, 20–25 г дрожжей, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу.

Замесить опару из половины пшеничной муки. Далее блины приготовить так же, как и сдобные гречневые, но без сливок:

Блины боярские

3 ст. гречневой муки, 2 ст. пшеничной муки, 4 ст. молока, 1 ст. густых сливок, 1 ст. сметаны, 100 г сливочного масла, 5 яиц, 30 г дрожжей, 1 столовая ложка сахара, соль по вкусу.

Вскипятить 2 стакана молока, остудить его до температуры парного, отлить полстакана и в нем размешать дрожжи. Вылить молоко и дрожжи в эмалированную кастрюлю и замесить на гречневой муке опару.

Когда опара подойдет (через 1,5–2 ч), долить в нее остальное молоко, добавить яичные желтки, растертые со сметаной, маслом, солью и сахаром, пшеничную муку. Все хорошо вымешать и дать снова подняться. Когда тесто вновь подойдет, взбить отдельно сливки и яичные белки, влить белки в сливки и потом в тесто. Осторожно перемешать тесто лопаточкой сверху вниз. Дать тесту постоять 15–20 мин. и выпекать блины обычным способом.

Блины царские

5 ст. пшеничной муки, 4 ст. молока, 1,5 ст. густых сливок,

200 г сливочного масла, 6 яиц, 50 г дрожжей, 2 столовые ложки сахара, соль по вкусу (но не более 1 столовой ложки).

Приготовить опару из 3 стаканов муки, 3 стаканов молока и дрожжей. Далее готовить обычным способом, как блины сдобные.

Блины сметанные

2 неполных ст. сметаны, 3 ст. пшеничной муки, 5 яичных белков, 50 г сливочного масла, 1 ст. воды, 30 г дрожжей, 1 ст. гречневой муки, 1 столовая ложка сахара, 1 ст. молока, соль по вкусу.

Вылить в кастрюлю 1 стакан теплой воды, размешать в ней дрожжи, добавить всю гречневую муку и, хорошо перемешав, поставить опару в теплое место. Пока опара подходит, выложить в кастрюлю сметану, всыпать всю пшеничную муку и замесить негустое тесто. Охлажденные яичные белки хорошо взбить, добавить их и размягченное сливочное масло в тесто из пшеничной муки и хорошо перемешать.

Когда опара подойдет, выложить ее в кастрюлю с тестом из пшеничной муки, добавить стакан теплого молока с растворенными в нем солью, сахаром и все тесто хорошо взбить лопаткой. Выпекать блины обычным способом.

Блины кукурузные

1 ст. кукурузной муки, 2 ст. пшеничной муки, 2 ст. молока, 4 яйца, 1 ст. сливок, 25 г дрожжей, соль, сахар по вкусу.

Вылить в кастрюлю теплое молоко, размешать в нем дрожжи, добавить всю муку и хорошо размешать.

Кастрюлю с тестом накрыть полотенцем и поставить в теплое место подходить. Через 1,5–2 ч добавить в тесто растертые с сахаром и солью желтки, хорошо все перемешать и снова поставить подходить.

Яичные белки хорошо взбить и смешать со взбитыми сливками. Когда тесто вторично подойдет, осторожно ввести в него яичные белки со сливками и дать постоять 15–20 мин. После этого можно выпекать блины.

Блины пшенные

2 ст. пшенной крупы, 2 ст. пшеничной муки, 6 ст. молока, 5 яиц, 25 г дрожжей, 200 г сливочного масла, сахар, соль по вкусу

Вылить в кастрюлю 2 стакана теплого молока и развести в нем дрожжи. Затем всыпать всю муку и замесить тесто. Накрыв

кастрюлю полотенцем, поставить тесто в теплое место на 1–1,5 час.

Пока тесто подходит, пшено перебрать, промыть, и, залив его 4 стаканами молока, сварить кашу. Остудить кашу до комнатной температуры, добавить в нее яичные желтки, растертые с солью и сахаром, и хорошо перемешать. Соединить кашу с тестом и дать тесту подойти вторично. Затем добавить к тесту взбитые яичные белки, осторожно перемешать. Через 15–20 мин выпекать блины.

Блины яичные

3 ст. пшеничной муки, 10 желтков, 3 ст. молока, 2 столовые ложки сахара, 1 столовая ложка сливочного масла, соль по вкусу

Вылить в кастрюлю яичные желтки и, добавив к ним соль и сахар, хорошо растереть. Затем всыпать муку, добавить сливочное масло, молоко и замесить довольно жидкое тесто.

Тесто нужно очень хорошо взбить, учитывая, что, чем лучше взбито тесто, тем вкуснее получатся блины.

Выпекать блины обычным способом.

Гурьевские блины

2 ст. пшеничной муки, 5 яиц, 100 г сливочного масла, 2,5 ст. кислого молока (кефира), соль, сахар по вкусу.

Приготовить так же, как блины яичные.

Блины рисовые

3 столовые ложки пшеничной муки, 4 ст. молока, 50 г дрожжей, 3 яйца, 3 столовые ложки сахара, 4 столовые ложки сливочного масла, 2 ст. рисовой муки, 1 ст. сливок, 200 г твердого сыра, соль по вкусу.

Влить в кастрюлю 2 стакана чуть теплого молока, растворить в нем дрожжи, всыпать пшеничную муку и замесить тесто. Накрыть кастрюлю полотенцем и дать опаре подойти. Когда опара поднимется, добавить в нее 3 желтка, растертых с солью и сахаром, сливочное масло, рисовую муку, молоко и хорошо размешать. Взбить отдельно яичные белки и сливки и, смешав их, осторожно ввести в тесто. Дать тесту еще раз подойти.

Между тем хорошо разогреть духовку и сковороду, на которой будут выпекаться блины. Когда тесто поднимется, вылить его тонким слоем на смазанную маслом сковороду, сверху обсыпать тертым сыром и поставить сковороду в духовку. Переворачивать блины не нужно. Готовый блин выложить на

разогретое блюдо, смазать маслом и еще раз обсыпать тонким слоем тертого сыра. Таким же способом испечь второй блин, положить на первый, смазать маслом и обсыпать сыром. И так далее, до 5–7 блинов в стопке. Готовые стопки блинов перед подачей прогреть в духовке, чтобы блины слиплись, затем разрезать на куски.

Блины сборные

2 ст. пшеничной муки, 3 ст. гречневой муки, 0,5 ст. манной крупы, 4 яйца, 30 г дрожжей, 7 ст. молока, 2 столовые ложки сахара, на кончике ножа корица, соль по вкусу

В кастрюлю всыпать 1,5 стакана пшеничной и 2 стакана гречневой муки, залить ее 2 стаканами горячего молока и хорошо размешать. Когда тесто остынет до комнатной температуры, влить в него разведенные в молоке дрожжи, хорошо размешать и оставить в теплом месте подходить. Сварить на молоке жидкую манную кашу, при этом следить, чтобы не было комков. В подошедшую опару добавить растертые с солью и сахаром желтки, манную кашу, оставшуюся муку, молоко, корицу и хорошо перемешать. Белки взбить в пену и осторожно ввести в тесто. Дать тесту снова подойти и выпекать блины.

Блины картофельные

7–8 картофелин, 2 ст. пшеничной муки, 30–40 г дрожжей, 4 ст. молока, 0,5 ст. сливок, 5 яиц, соль по вкусу.

Влить в кастрюлю 2 стакана чуть теплого молока, размешать в нем дрожжи, всыпать муку и замесить тесто. Накрыв кастрюлю полотенцем, поставить опару в теплое место. Картофель очистить, отварить, протереть через сито и, добавив сливочное масло и сливки, хорошо перемешать. Когда опара подойдет, добавить в нее картофельное пюре, соль по вкусу, растертые яичные желтки и взбитые белки. Тесто хорошо размешать, добавить оставшееся молоко и дать снова подойти. Выпекать блины обычным способом.

Блины морковные

2 ст. пшеничной муки, 1 ст. гречневой муки, 3 ст. молока, 50 г дрожжей, 4–5 морковок (средних размеров), 3 яйца, 1 столовая ложка сахара, соль по вкусу.

Влить в кастрюлю 2 стакана чуть теплого молока, развести в нем дрожжи, всыпать пшеничную муку, замесить опару и дать ей

подойти. В подсоленной воде сварить очищенную морковь, остудить ее и протереть через сито. Морковное пюре выложить в подошедшую опару, добавить растертые с сахаром и солью желтки, гречневую муку, молоко и хорошо перемешать. Яичные белки хорошо взбить, осторожно ввести в тесто и дать ему снова подняться. Выпекать блины обычным способом.

Блины овсяные

По 1,5 ст. пшеничной и овсяной муки, 3 ст. молока (или воды), 0,5 ст. сливок, 3 яйца, 2 столовые ложки сливочного масла, 30 г дрожжей, соль по вкусу

Влить в кастрюлю чуть теплое молоко, растворить в нем дрожжи. Смешать в миске пшеничную и овсяную муку и, всыпав ее в кастрюлю с молоком, хорошо размешать. Дать опаре подняться.

В подошедшее тесто добавить растертые с солью и сахаром яичные желтки, распущенное сливочное масло, все хорошо размешать. Отдельно взбить яичные белки, сливки, соединить их и осторожно ввести в тесто. Дать тесту снова подойти и выпекать блины обычным способом.

Блины тыквенные

500 г тыквы, 1,5 ст. пшеничной муки, 2 яйца, 3 столовые ложки сахара, 20 г дрожжей, 2 ст. молока, соль по вкусу

Приготовить так же, как блины морковные.

Блины на соде

По 1 ст. пшеничной и гречневой муки, 4 ст. молока, 3 яйца, 4 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка сахара, 0,5 чайной ложки соды, на кончике ножа лимонной кислоты, соль по вкусу.

Всыпать всю муку в кастрюлю, развести ее теплым молоком и, добавив яичные желтки, сахар, соль, растопленное сливочное масло, замесить тесто.

Соду развести шестой частью стакана воды, в таком же количестве воды развести лимонную кислоту. Соединить соду и кислоту и сразу же (пока сода шипит) смешать их с тестом. Яичные белки хорошо взбить и осторожно ввести в тесто. Выпекать блины обычным способом.

Оладьи кислые

3 ст. пшеничной муки, 2 ст. молока, 15–20 г дрожжей, 2 столовые ложки сливочного масла, 4 яйца, 2 столовые ложки сахара.

Приготовить опарное тесто обычным способом. Выпекать оладьи, как и блины, но размером в 2–2,5 раза меньше.

Подать к оладьям сметану либо варенье.

Оладьи из манной крупы

0,5 ст. манной крупы, 1 ст. пшеничной муки, 2 ст. молока, 50 г сливочного масла, 2 яйца, 1 столовая ложка сахара, соль по вкусу

Молоко вскипятить и сварить на нем манную кашу (без комков). В готовую кашу добавить сливочное масло и хорошо размешать. Растереть 2 яичных желтка с солью и сахаром, выложить их в остывшую кашу, хорошо взбить лопаткой. Затем добавить в эту массу взбитые яичные белки и снова перемешать.

На чистый стол высыпать муку и разровнять ее тонким слоем. Ложкой выложить подготовленную массу (отдельными кусками) на муку и сформовать из нее лепешки-оладьи. Обжарить оладьи на смазанной маслом сковороде. К этим оладьям хорошо подать мед, сметану и варенье.

Оладьи яблочные

500–600 г свежих яблок, 1,5 ст. пшеничной муки, 1,5 ст. воды, 20 г дрожжей, 2 столовые ложки сахара, тертая цедра 0,5 лимона, соль по вкусу, 2 столовые ложки сахарной пудры.

В теплой воде развести дрожжи, добавить соль, сахар, цедру лимона, размешать. Всыпать муку и, замесив тесто, поставить его подходить.

Между тем яблоки промыть, очистить от кожицы, удалить из них семенники и нарезать тонкими плоскими ломтиками. Выложить несколько ломтиков яблок на раскаленную сковороду с маслом и залить их тестом. Когда яблоки и тесто подрумянятся с нижней стороны, перевернуть их на другую сторону.

Готовые оладьи со стороны припека обсыпать сахарной пудрой. Для припека можно использовать и другие фрукты и ягоды.

Оладьи с капустой

1 ст. пшеничной муки, 2 ст. кефира, 2 яйца, 1 столовая ложка растительного масла, 1 ст. мелко нарубленной свежей капусты, 100 г сливочного масла, соль и сахар по вкусу.

Яйца, сахар, соль взбить, во взбитую массу добавить кефир, муку, растительное масло, капусту и замесить тесто. Выпекать оладьи обычным способом.

Оладьи сметанные

2 ст. пшеничной муки, 3 яйца, 1 ст. сметаны, 2 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки сливочного масла, 0,5 чайной ложки соды, соль по вкусу.

Вылить в кастрюлю сметану, добавить растертые с солью и сахаром яичные желтки, распущенное сливочное масло, муку и все хорошо размешать. Развести в двух столовых ложках молока соду и вылить смесь в кастрюлю с тестом. Туда же осторожно ввести взбитые яичные белки. Выпекать оладьи обычным способом.

Блинчики «Неженка»

2 ст. пшеничной муки, 2 ст. молока, 3 яйца, 100 г сливочного масла, 1 ст. сливок, 2 столовые ложки сахара, соль по вкусу.

Всыпать в миску муку, добавить растертые с сахаром и солью желтки, влить сливки и все хорошо размешать, чтобы не было комков. Затем влить молоко, добавить растопленное масло, взбить белки и снова все тщательно размешать. Выпекать блинчики очень тонкими.

Блинчики с вареньем

Приготовить тесто так же, как для блинчиков «Неженка». Испеченный блинчик положить на подогретую сковороду, сверху намазать тонким слоем любого варенья, на него уложить следующий, так же намазав его вареньем, и так далее до тех пор, пока не образуется стопка из 8-10 блинчиков. Верхний блинчик смазать маслом. За 15–20 мин до подачи сковороду с блинчиками поставить в разогретую духовку.

Вместо варенья прослойку можно сделать из творога.

Блинчики «Загадка»

Тесто приготовить так же, как для блинчиков «Неженка». Испечь блинчики и, смазывая маслом, сложить стопкой. Приготовить начинку из яблок и груш или тыквы и кабачков. Для этого сварить сахарный сироп и в нем при слабом кипении проварить плоды. Время варки зависит от вида плодов и ягод.

Яблоки и груши очистить от кожицы, удалить семенники, нарезать кубиками и варить в сиропе 15–20 мин.

Подготовленные таким же образом тыкву и кабачки варить на 5-10 мин дольше.

Размягченные кубики аккуратно выложить на середину блинчика и завернуть «конвертиком». Уложить блинчики на разогретую, смазанную маслом сковороду и слегка обжарить. Перед подачей блинчики полить сиропом.

Для начинки можно использовать также клубнику и другие ягоды, но варить их в сиропе нежно, не более 5-10 мин.

Пошехонские блинчатые трубочки

Для теста использовать те же продукты, что и для блинчиков «Неженка».

Приготовить тесто, как для блинчиков тонких, но выпекать их только с одной стороны. Когда блинчики немного остынут, уложить их на жареную сторону слоями. Сверху на блины уложить начинку из рубленых яиц, сваренных вкрутую, и масла и завернуть каждый блинчик трубочкой. Затем сложить блинчики на сковороду и снова обжарить.

Блинница

На широкой сковороде испечь пшеничные блины по любому из приведенных рецептов. В неглубокую, смазанную изнутри маслом и обсыпанную панировочными сухарями кастрюлю или глубокую сковороду уложить слоями блины и фарш из ливера. Нижний и верхний слои должны состоять из блинов. Облить верхний слой блинов маслом, обсыпать сухарями и запечь в духовке до румяной корочки. Кастрюлю с готовой блинницей перевернуть на блюдо так, чтобы нижний слой блинницы оказался сверху.

Блинчатый пирог

Использовать те же продукты, что и для пошехонских блинчатых трубочек.

На большой сковороде выпечь тонкие блинчики, переложить их любой начинкой, предложенной в следующем разделе. Верхний слой покрываем блином и ставим в духовку. Когда корочка зарумянится — пирог готов. Так что теперь поговорим о пирогах.

Пироги

Ни один праздник у русского народа не обходится без пирогов. Как и много лет назад, пироги сегодня — обязательный атрибут свадебного, новогоднего, именинного и любого другого праздничного стола. Да и само слово «пирог» вероятнее всего происходит от слова «пир».

Пироги научились печь на Руси очень давно. Вот какое воспоминание о пирогах, которые пекли наши предки в XVII веке, оставил Адам Олеарий в книге «Подробное описание путешествия Голийинского посольства в Московию и Персию в 1633 и 1639 г оду»: «Между прочим, у них имеется особый вид печенья, вроде паштета или, скорее, пфапкухене, называемый ими «пирогом»; эти пироги величиною с клин масла, но несколько белее и продолговаты. Они дают им начинку из мелкорубленой рыбы или мяса и луку и пекут их в коровьем, а в посту в растительном масле; вкус их не без приятности. Этим кушаньем у них каждый угощает своего гостя, если он имеет в виду хорошо его принять».

Конечно же, разновидностей пирогов, которые пекли на Руси даже в те далекие времена, было гораздо больше, чем подметил Адам Олеарий. Возможно, он и не ставил себе цель их описания. Но даже этот, кстати, судя по его книге, очень предвзято относящийся к русской кухне путешественник, отметил, что вкус пирогов «не без приятности».

Да иного и быть не может. Ведь рецепты русских пирогов отрабатывались из поколения в поколение, каждая хозяйка стремилась привнести в них что-либо свое. А учитывая, что пекли пироги главным образом по праздникам, то, наверняка, не жалели для них самых лучших продуктов.

В крестьянских семьях пекли пироги из темной домашней ржаной и пшеничной муки. Как правило, они были крупные, в добрый мужицкий кулак, с начинкой из овсяной крупы, творога, гороха, гречневой каши, рыбы, реже — из мяса. В зажиточных семьях пироги пекли по воскресным дням из хорошо просеянной белой пшеничной муки.

Овсяная крупа и гороховая мука часто, особенно в Пошехонье, использовались для смазывания пирога. Овсяную крупу размачивали в воде и тонким слоем накладывали на пирог, а из гороховой муки замешивали на воде тесто и смазывали им пирог. Такая «начинка» придавала готовому пирогу ярко-красный цвет.

Сегодня, пожалуй, редкая девушка 17–18 лет в совершенстве владеет умением печь пироги. А между прочим, ее сверстница в

прошлом считала этот навык просто необходимым для жизни.

И, согласитесь, была права. Ведь запах пирогов в доме — залог благополучия семьи.

Чем особенным сегодня можно удивить своих домочадцев и гостей? А вот хорошо испеченный пирог — это всегда радость, вызывающая удивление, всегда прекрасный повод, чтобы собраться всей семьей за столом, повод для задушевной беседы.

И не случайно, согласно старым традициям, на следующий день после свадьбы молодая должна была обязательно испечь пирог. Этим пирогом она потчевала гостей и по его вкусу те судили о домовитости будущей хозяйки.

Не последнюю роль играли пироги и в именинных обрядах. В день именин было принято печь пироги и рассылать их родным и близким. Пироги служили своеобразным приглашением на праздник. При этом количество отсылаемых пирогов зависело от числа членов семейства, которому они присылались. Принесший пироги ставил их на стол и говорил: «Именинник приказал кланяться пирогами и просил хлеба кушать». Крестным отцу и матери обычно посылали сладкие пироги в знак особого уважения.

В некоторых губерниях Центральной России вместо пирогов родным рассылали так называемые «именинники» — большие сдобные булки без начинки, сверху утыканные изюмом. В каждый дом приносили по одному такому пирогу.

Интересная роль отводилась пирогу и за праздничным столом в доме именинника. Пекли специальный пирог, который разламывали в разгар торжества над головой его виновника. Начинка (обычно это был изюм) сыпалась на именинника, а гости в это время приговаривали: «Чтобы на тебя так сыпалось золото и серебро». Не правда ли, оригинальный обряд? Наверняка и на современном празднике по случаю дня рождения нечто подобное, безусловно, вызовет много улыбок, шуток, создаст раскованную обстановку. Конечно, при условии, что начинка пирога не испортит костюм или платье именинника.

Обязательным на именинах был и пирог с капустой.

Русская кухня знает массу рецептов самых разных пирогов. Они отличаются и по составу, и способу приготовления теста (дрожжевые, слоеные, пресные и пр.), форме (открытые, закрытые, маленькие и большие, круглые и квадратные и т. д.), начинкам, способу тепловой обработки (печеные, жареные). В общем всех особенностей русских пирогов не перечислить. При этом в каждой местности — свои правила и свои каноны пирожного мастерства.

Мы расскажем, как приготовить наиболее часто используемые

виды теста. Однако хотим заметить, что не бывает случая, когда даже у одной хозяйки тесто выходит одинаковым всегда. Процесс приготовления теста сложный и зависит от множества факторов: свежести дрожжей, качества муки, молока, воды, окружающей температуры и многих других. Поэтому не расстраивайтесь, если ваши первые пироги быстро зачерствеют или будут недостаточно пышными. Пирог— это всегда таинство. И тем больше радость хозяйки, когда он получается отменным.

Для получения вкусных и хорошо пропеченных изделий из дрожжевого теста нужно прежде всего научиться правильно разрыхлять тесто дрожжами и умело сочетать его с начинками. Так, соленые начинки из мяса, рыбы, грибов не подходят к сладкому тесту, и наоборот, для сладких начинок нельзя готовить соленое тесто.

Мягкое тесто с небольшим количеством сдобы (яйца, сахар, масло и пр.) лучше готовить безопарным способом. Крутое же тесто и тесто, содержащее большое количество сдобы, получается более качественным, если его готовить опарным способом. При этом повышаются объем и пористость изделий.

С уменьшением сдобы следует увеличить количество жидкости.

Итак, попробуем приготовить тесто. Сначала приведем его рецепт.

Кислое тесто

4 ст. муки, 2 столовые ложки сахара, 8 столовых ложек сливочного масла, 4 яйца, 20 г дрожжей, 0,5 чайной ложки соли, 1,5 ст. молока (воды).

В приведенной рецептуре количество дрожжей указано в расчете на безопарный способ приготовления теста. При опарном способе дрожжей требуется примерно в 2 раза меньше.

Для сладких пирогов в приведенной рецептуре следует примерно в 2 раза увеличить количество сахара и несколько уменьшить количество жидкости.

Опарный способ приготовления теста: в воду или молоко, подогретые до 30–35 °С положите дрожжи, предварительно размешанные с небольшим количеством воды, всыпьте часть муки (примерно 1/3 полагающегося по рецептуре количества) и размешайте до образования однородного теста. Опару сверху посыпьте мукой и поставьте для брожения в теплое место.

Подбирая кастрюлю, в которой тесто будет «подходить», нужно помнить, что объем опары увеличится в 2–3 раза. Продолжительность брожения опары составляет 2–3 ч, а иногда и

4, в зависимости от количества и качества дрожжей и муки, температуры окружающей среды.

Когда брожение опары окончится, она начнет опадать. Поэтому нельзя упустить момент, когда опара находится в своем «наивысшем» состоянии.

В готовую опару влить остальную часть молока или воды, полагающихся по рецепту. При этом жидкость должна быть подсоленной. Затем добавить в опару сахар, яйца, оставшуюся муку и месить тесто до тех пор, пока оно не станет гладким, тягучим и будет легко отставать от рук и стенок кастрюли. В конце добавить растительное масло и снова месить, пока масло не соединится с тестом.

Замешенное тесто снова поставить бродить на 1,5–2 часа. По мере увеличения теста в объеме его следует несколько раз обмять. Обминка ускоряет процесс созревания теста. Вообще же время приготовления опарного теста составляет в среднем 4–5 часов.

Безопарный способ приготовления теста: при этом способе все компоненты замешиваются сразу. Делается это так: в теплой воде (30–35 °С) растворить дрожжи, соль, сахар, добавить яйца, всыпать муку и замесить тесто. Далее поступить так же, как и при приготовлении опарного теста.

При приготовлении теста очень важно правильно определить момент, когда оно готово к разделке. Однако какие-нибудь советы здесь дать трудно, так как навык этот приобретается только с практикой.

Тесто скорое

Продукты для этого теста те же, что и для кислого.

Приготовить густую опару: высыпать на стол половину нормы муки (0,5 кг), чтобы получилась горка. Наверху горки сделать углубление и вылить в него разведенные в 1 стакане теплой воды дрожжи.

Замесить тесто, используя вначале для этой цели нож, лопатку или вилку. Полученное крутое тесто опустить в большую кастрюлю с теплой (30 °С) водой и оставить до тех пор, пока комок теста не всплывет.

Пока этого не произошло, приготовить тесто из остальной муки. Высыпать ее на стол, сделать в середине воронку, вылить в нее яйца, а затем молоко с солью и сахаром. Так же сначала ножом, а потом руками замесить тесто.

Как только опара всплывет, вынуть ее шумовкой из кастрюли, дать стечь воде и смешать с приготовленным тестом. Затем

добавить кусок масла и далее действовать, как описано в предыдущем рецепте.

Это тесто поднимается гораздо быстрее, чем обычное, и поэтому не имеет кисловатого привкуса. Обычно опара всплывает через 15–20 мин.

Кислое тесто на растительном масле

1 кг муки, 2 ст. теплой воды, 3 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка соли, 1 столовая ложка сахара, 25–30 г дрожжей.

Замесить опару из половины нормы муки; двух стаканов воды и 25–30 г дрожжей. Когда опара поднимется, добавить в нее соль, сахар, растительное масло, остальную муку и выбивать тесто до тех пор, пока оно не перестанет приставать к рукам.

Затем положить тесто в ту же кастрюлю, где готовилась опара, и дать ему еще раз подойти. После этого тесто готово для дальнейшей работы.

Сметанное тесто

2 ст. муки, 200 г сметаны, 1 яйцо, 0,5 чайной ложки соли.

Из муки, сметаны, яйца и соли замесить тесто. Оно должно получиться негустым, очень мягким и податливым. Сложить его в кастрюлю и примерно на час оставить в холодильнике. После этого тесто готово к дальнейшему использованию.

Это тесто чаще всего используют для приготовления жареных пирожков.

Слоеное тесто

400 г муки, 400 г сливочного масла, 1 ст. воды, 1 чайная ложка соли.

Просеять на стол муку, чтобы получилась горка. В середине ее сделать углубление в виде колодца и влить в него стакан ледяной воды с солью. Осторожно с помощью ножа соединить воду с мукой, при этом следить, чтобы вода не выплескивалась из «колодца». Затем руками замесить довольно крутое, без комков, тесто. Накрыть тесто полотенцем и поставить в холодильник на 1,5–2 час.

Придать размягченному сливочному маслу продолговатую форму, а затем оставить его в холодильнике на 1 час. Когда тесто и масло застынут, раскатать тесто, придав ему ту же форму, что и у масла, но вдвое больше. На середину теста положить кусок

масла и завернуть его в виде конверта. Слегка обсыпать стол и тесто мукой, положить тесто на стол швом вниз и раскатать в длину в виде полотенца как можно тоньше. Сложить тесто втрое и снова раскатать. Снова сложить тесто втрое и выдержать в холодильнике в течение часа.

После этого тесто готово для дальнейшего употребления.

Кулебяка

Название этого пирога очень часто можно встретить в произведениях многих русских писателей XIX века. Вот, например, какую кулебяку заказал гурман Петр Петрович Петух в повести Н.В. Гоголя «Мертвые души»: «Да, кулебяку сделай на четыре угла, в один угол положи ты мне щеки осетра да визигу, в другой запусти гречневой каши, да грибочков с луком, да молок сладких, да мозгов, да еще знаешь там этакого… Да чтоб с одного боку она, понимаешь, зарумянилась бы, а с другого пусти ее полегче. Да исподку-то, понимаешь, пропеки ее так, чтобы рассыпалась, чтобы всю ее проняло, знаешь, соком, чтобы не услышал ее во рту — как снег растаяла».

Честно говоря, трудно себе представить подобную кулебяку и наверняка Н.В. Гоголь здесь дал волю своей кулинарной фантазии, чтобы рельефнее изобразить пресыщенные вкусы своего героя.

Правда, Н.И. Ковалев в книге «Рассказы о русской кухне» считает, что речь здесь идет «о старинной московской кулебяке. Фарш в нее клали разный, располагали его клиньями, разделяя каждый вид блинчиками («на четыре угла»), делали ее из пресного рассыпчатого теста («чтобы рассыпалась»). Особое искусство было в том, чтобы хорошо пропечь кулебяку с сочным фаршем».

Что же такое кулебяка на самом деле? Почему она так называется? Однозначно ответить на этот вопрос довольно проблематично, так как за долгую жизнь этого пирога на русском столе о нем высказывались разные мнения.

В словаре Даля, например, слово «кулебяка» воспроизводится от устаревшего «кулебячить», что означает «валять руками, лепить, стряпать». Заметьте, ничего о начинке пирога не говорится. А между тем некоторые исследователи считают, что в основе этого слова лежит финское «кала», т. е. рыба. Может быть, отсюда пошло мнение о том, что кулебяка обязательно должна быть с рыбой.

Так, Д.В. Каншин утверждал, что, если начинка кулебяки состоит из живности, мяса и прочих продуктов, то это уже не

кулебяка, а пирог. Но объективно рассуждая, ничем другим кроме пирога ее и назвать нельзя.

Вот как Д.В. Каншин описывает приготовление кулебяки с рыбной начинкой. Настоящая кулебяка делается из кислого теста и подается она у нас всегда горячая (французы, наоборот, делая пироги с начинкою из рыбы, живности, дичи и проч., едят их всегда холодными). В кулебяку сверху рыбы кладут визигу, т. е. жилы из хребта осетра, которые, будучи хорошо разварены, превращаются в студенистую прозрачную массу, делающую пирог сочным. Сверху визиги кладут рубленые яйца, если кулебяка скоромная, и разные крупы и иные приправы.

Особенно хорошая кулебяка, считал Д.В. Каншин, получается с невским сигом. «Она должна быть хорошо выпечена, так, чтобы верхняя корка была поджаристая, а нижняя, хотя и сочная, но не пристающая к зубам». Чтобы кулебяка не была «сухой», Д.В. Каншин предлагает внутрь ее положить кусочек льда, который, «растаяв во время печения, сохранит кулебяку сочной». Поистине большим мастерством нужно обладать, чтобы приготовить такую кулебяку, которая, по выражению одного из героев рассказа А.П.Чехова «Сирена», должна быть «аппетитная, бесстыдная, во всей своей наготе, чтоб соблазн был».

Да и «невский сиг» сегодня не лежит на прилавках магазинов. И все же главное — это желание приготовить настоящую кулебяку. Нет «невского сига» и вообще сига, замените его треской, палтусом, щукой или другой рыбой. Да, собственно говоря, и не обязательно, чтобы начинка кулебяки была исключительно рыбная. Главное, что отличает кулебяку от обыкновенного пирога — ее форма и значительно большее количество фарша.

Существует много рецептов различных кулебяк. Основное их отличие — различные фарши и форма пирога. В качестве примера приведем рецепт кулебяки из кулинарной книги прошлого века.

Кулебяка по-старинному

Для теста: *400 г муки, 25–30 г дрожжей, 1,5 ст. молока, 100 г сливочного масла, 1–2 яйца, щепотка соли, сахар по вкусу.*

Для фарша из рыбы: *400 г филе щуки (можно другую рыбу), 1 столовая ложка растительного масла, 2 яйца, 2 столовые ложки толченых сухарей, 1 столовая ложка сметаны, 1/3 ст. молока, 1 луковица, соль, перец по вкусу.*

Для рисовой начинки: *200 г риса, 2,5 ст. воды, 1 столовая ложка масла, 1 чайная ложка соли, 300 г филе любой жирной*

рыбы, яичный желток для смазки.

Приготовить дрожжевое тесто опарным способом. Пока тесто подходит, сварить рисовую кашу. После того как каша остынет, выложить ее в смазанную маслом сковороду и запечь в духовке, чтобы каша слегка подрумянилась.

Филе щуки дважды прокрутить вместе с репчатым луком через мясорубку и, добавив мелкорубленые вареные яйца, а также прочие компоненты, хорошо перемешать полученный фарш.

После того как тесто подойдет, его нужно раскатать в виде продолговатой овальной лепешки толщиной в палец. По центру лепешки продолговатой горкой уложить слоями рыбный фарш с рисом, на него кусочки рыбного филе и снова фарш с рисом.

Края лепешки завернуть и плотно защипить над фаршем. Поверхность пирога украсить элементами из теста.

Подготовленную таким образом кулебяку поставить для расстойки в теплое место на 15–20 мим.

Перед тем как выпекать кулебяку, поверхность ее смазать яичным желтком и сделать в ней несколько проколов вилкой. Это необходимо для выхода пара во время выпекания.

Выпекать кулебяку лучше всего при температуре духовки 210–220 ˚С. Время выпекания пирога зависит от толщины теста, вида фарша и температуры в духовке. Готовность же кулебяки можно определить, проколов ее деревянной тонкой палочкой или спичкой. Если тесто не прилипает к палочке, значит, пирог готов.

Начинки для кулебяки, как мы уже говорили ранее, могут быть самые разные. Иногда, если фарш очень сочный, чтобы тесто не размокло, его укладывают на тонкие блинчики. Кроме того, блинчиками переслаивают разные виды фаршей, используемые для приготовления кулебяки.

Формовать кулебяку можно также по-разному. Кроме описанного способа, часто пользуются и таким методом формовки. Раскатывают два овала: верхний и нижний. Верхний овал делают немного тоньше нижнего. Это важно для того, чтобы он хорошо пропекся. На нижний овал кладут начинку, накрывают ее верхним овалом и края плотно защипывают. При этом защип получается в виде красивого бордюра.

Безусловно, приготовить хорошую кулебяку — дело совсем непростое. Да и с первого раза вряд ли пирог удастся. Однако наш вам совет: наберитесь терпения и выкройте для этой цели несколько часов. Удавшийся на славу пирог все оправдает и наверняка станет «гвоздем» любого праздничного стола в вашей семье.

Подают кулебяку как горячую закуску, а также к мясному и рыбному бульонам.

Правда, к бульонам лучше подать маленькие пирожки-кулебячки. Технология приготовления их почти такая же, как и большой кулебяки. Фарш же для кулебячек лучше готовить мясной или капустный. Подготовленные кулебячки выкладывают на смазанный маслом противень и дают расстояться в течение 10–15 мин. Выпекают кулебячки как обычные пирожки.

Расстегаи

Большой популярностью у россиян всегда пользовались расстегаи — пирожки, у которых сверху имеется специальное отверстие. Начинка для расстегаев, как правило, готовится из рыбы. По мнению Д.В. Каншина, название этих пирогов происходит от слова «растягивать». Дело в том, что расстегаи обычно подавали к рыбному бульону. Но бульон заливали и непосредственно в пирожок, что делало его значительно сочнее. Для этой цели верхнее отверстие пирога приходилось немного растягивать. Каншин даже предлагал в связи с этим вместо «расстегай» писать «растягай», считая такое название более правильным.

Однако возможны и другие толкования этого названия. Открытая середина пирога как бы расстегнута. Отсюда вполне естественно предположить, что и название его происходит от слова «расстегнутый».

Совсем обратный смысл слова «расстегай» возникает, если исходить из его основы «стегать», что означало когда-то шить, соединять.

Но не будем дольше задерживаться на названии пирога, тем более, что вкус его от этого не зависит. Кстати, вкусовые достоинства этих пирогов были всегда отменными. Именно поэтому в прошлом и начале этого века расстегаи можно было отведать практически в любом трактире. При этом между трактирщиками была конкуренция за право считаться лучшими в этой области. Так, по воспоминаниям В А.Гиляровского, хорошие расстегаи можно было поесть в ресторане Тестова. Однако его сумел перещеголять владелец ресторана «Прага» Тарарыкин. Расстегаи в его заведении делали по особому рецепту с начинкой из стерляди пополам с осетриной.

В Кузнецком переулке в трактире, который держал любимец актеров С.С. Щербаков, подавались расстегаи с мясом. Каждый такой расстегай был величиной с тарелку и стоил вместе с бульоном всего 15 копеек. Это-то и привлекало в трактир бедных актеров, которые в период безденежья питались в основном одними расстегаями. Кроме того, Спиридон Степанович часто

ссуживал особо нуждающихся актеров деньгами. Посещали этот трактир и писатели, в том числе А.Н. Островский, выдающийся русский драматург.

Расстегаи были любимым кушаньем не только простого народа, но и знати. Специально из Петербурга приезжали в Москву именитые господа, чтобы полакомиться, например, раковым супом с расстегаями в трактире Тестова.

Расстегаи, так же, как и кулебяки, бывают самых разных размеров. Так, мы уже упоминали щербаковские расстегаи величиной с тарелку. У Тестова же фирменными были крошечные расстегайчики с налимьей печенью.

Безусловно, расстегаи можно готовить не только с рыбой, но и с мясом, ливером, рисом и грибами, другими фаршами.

Вот несколько рецептов расстегаев.

Расстегаи обыкновенные

400 г муки, 3 столовые ложки масла, 25–30 г дрожжей, 300 г щуки, 300 г семги, 2–3 щепотки черного молотого перца, 3 яйца, ложка толченых сухарей, 1,25 ст. молока, соль по вкусу

Развести дрожжи в теплом молоке, добавить муку и замесить тесто. Дать ему подняться, затем добавить в него 2 желтка, 2 ложки масла и, хорошо взбив, снова дать тесту подняться.

Филе щуки мелко изрубить и, посолив и поперчив его, обжарить на масле.

Поднявшееся вторично тесто раскатать в тонкий лист и стаканом или чашкой вырезать из него кружки. На каждый кружок положить фарш из щуки, а на него — тоненький кусочек семги. Концы пирожков защипить таким образом, чтобы середина осталась открытая.

Подготовленные расстегаи уложить на смазанный маслом противень и дать им расстояться в течение 10–15 мин. Затем каждый пирожок смазать яйцом и обсыпать сухарями. Выпекать расстегаи следует в духовке, прогретой до температуры 210–220 °С.

В этом рецепте щуку и семгу можно заменить другой рыбой. Так, хороший фарш получается из морского окуня, трески, сома (кроме морского), судака, сазана.

Расстегай с селедкой

400 г муки, 3 ложки масла, 25–30 г дрожжей, 1,25 ст. молока, 3 луковицы, несколько щепоток черного перца, 5 сельдей, 1 яйцо, 1

столовая ложка толченых сухарей.

Тесто приготовить и разделать, как в предыдущей рецептуре.

Для фарша: мелко нарезанный лук обжарить на масле с кусочком сельди. Остывший фарш разложить на кружочки теста. Каждый кружок с начинкой покрыть другим таким же кружком и края их плотно защипить. Сверху по центру пирожка сделать прорезь. Далее готовить по предыдущей рецептуре.

Эти рецепты мы реконструировали по старым кулинарным книгам. Интересно, что в некоторых из книг конца прошлого века слово «расстегаи» пишется с одним «с». Возможно, авторы этих книг частично последовали совету Д.В. Каншина, а может, это обыкновенная опечатка.

Современные хозяйки, конечно же, из тех, кто умеет готовить расстегаи, отдают предпочтение начинкам из мяса. И дело вовсе не в том, что меньше стали уважать рыбу. Просто уж так повелось, что мясо легче купить на рынке или в магазине, чем хорошую рыбу. Да и отвыкли мы сегодня от рыбных начинок (а жаль!).

Вот, например, два рецепта, по которым готовят расстегаи члены ленинградского самодеятельного клуба любителей кулинарии «Хлебосолы».

Расстегай московский с мясом и яйцом

Для фарша: 800 г мяса (мякоти), 3 столовые ложки маргарина, 5 сваренных вкрутую яиц, соль, перец черный молотый по вкусу.

Приготовить обычное опарное дрожжевое тесто. Мясо нарезать небольшими кусочками и пропустить через мясорубку или порубить ножом. Измельченное мясо положить на противень (или сковороду), смазанный маргарином, немного потушить, затем вторично пропустить через мясорубку (или порубить), добавить к нему соль, перец, рубленые яйца.

Из теста сформовать шарики весом около 150 г каждый и дать им расстояться в течение 8-10 мин. Из этих шариков раскатать круглые лепешки, положить на них начинку (70–80 г) и защипить края, оставив середину открытой. Сформованные расстегаи положить на противень, смазанный маргарином, и оставить на 10–15 мин. Выпекать пирожки при температуре 210–220 °С. После выпечки расстегаи смазать сливочным маслом.

Расстегай московский с грибами и рисом

200 г сушеных грибов, 1 головка репчатого лука, 2–3 столовые ложки маргарина, 100 г риса, соль, перец черный молотый.

Готовят эти расстегаи точно так же, как и предыдущие. Другая только начинка. Для ее приготовления грибы отварить, откинуть на дуршлаг, тщательно промыть, пропустить через мясорубку или порубить. Лук мелко нарезать и обжарить вместе с грибами в течение 5–7 мин. Жареные грибы с луком охладить, смешать с отваренным рассыпчатым рисом, посолить, поперчить. Начинка готова.

Лучше всего подать расстегаи к ухе. Если пирог большого размера, его перед едой нужно разрезать на кусочки. Дело это вроде нехитрое, но все зависит от того, кто и как его делает. Искусным мастером в этой области был «патриарх половых» тестовского трактира Кузьма Павлович. Вот как описывает его виртуозную работу В.А. Гиляровский: «…перебросил на левое плечо салфетку, взял вилку и ножик, подвинул к себе расстегай, взмахнул пухлыми белыми руками, как голубь крыльями, моментально и беззвучно обратил рядом быстрых взмахов расстегай в десятки узких ломтиков, разбегавшихся от цельного куска серой налимьей печенки к толстым зарумяненным краям пирога».

Что и говорить, подобного обслуживания в современных московских ресторанах мы не видели, как, впрочем, и таких расстегаев. А неплохо было бы возродить старую московскую кухню.

Курник

Этот пирог обычно связывают со свадебным столом. Обязательным его компонентом является куриное мясо. В старину его клали в пирог крупными кусками и даже вместе с костями. Как известно, курица является символом плодородия, вероятно, этим и объясняется назначение курника. Форма курника, как правило, куполообразная. Размеры значения не имеют, но обычно этот пирог готовят величиной с шапку.

По традиции курник выпекали и в доме жениха, и в доме невесты. Пирог жениха украшался человеческими фигурками из теста. Надо полагать, эта символика должна была помочь будущему супругу стать опорой семьи, укрепить ее прочность. Ну, а на курнике невесты, как несложно догадаться, вместо фигурок людей были цветы — символ женственности и красоты.

Да, много красивых ритуалов было у наших предков. Жаль, что остается их все меньше и меньше. Например, тот же курник не помешал бы и на современном свадебном столе. Это поняли

работники московского ресторана «Славянский базар», где неизменно молодых встречают курником.

Приготовить настоящий курник непросто. Для этого потребуется определенная сноровка, да и продуктов уйдет немало. Но, поверьте, пирог стоит того, чтобы над ним поколдовать.

Курник свадебный

Для теста: 3 ст. пшеничной муки, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 яйца, 1 столовая ложка сахара, 1/3 чайной ложки соды, 2 столовые ложки сметаны, 0,5 ст. молока, соль по вкусу.

Для блинчиков: 0,5 ст. муки, 1 чайная ложка сахара, 0,5 яйца, 0,5 ст. молока, соль по вкусу.

Для первого слоя фарша: 1/4 ст. риса, 1 яйцо, 1 столовая ложка масла, зелень, соль по вкусу.

Для второго слоя фарша: 450–500 г мякоти курицы, 2 столовые ложки масла, чайная ложка муки.

Для третьего слоя фарша: 150 г свежих грибов, ложка сливочного масла.

Замесить пресное сдобное тесто: в молоке хорошо размешать соль, сахар, половину нормы муки. Затем добавить остальную муку, соду и быстро размешать до однородной массы. В конце в эту массу влить сметану, масло и снова размешать. Тесто разделить на две части. Одна из частей должна быть больше. Меньшая часть теста пойдет на основание, а большая — на крышку курника.

Из меньшего куска теста раскатать круглую лепешку диаметром 25–30 см и толщиной 0,5–0,7 см.

Замесить тесто для блинов и напечь тонкие блинчики. Начинка в этом пироге имеет важнейшую роль, поэтому к ее приготовлению нужно отнестись с особым вниманием.

Первый фарш: сварить рассыпчатую рисовую кашу, добавить в нее рубленые вареные яйца, зелень, масло, соль и все перемешать.

Второй фарш: вареную куриную мякоть нарезать на кусочки, муку обжарить с маслом, влить в нее немного бульона, в котором варилась курица, и, положив в этот соус кусочки курицы, прокипятить их в течение 5-10 мин.

Третий фарш: грибы (лучше белые) нарезать кусочками, обжарить на масле и заправить тем же соусом, что и курицу.

На лепешку из теста плотно уложить слой выпеченных блинчиков, на них — ровный слой рисового фарша, затем снова

слой блинчиков, на них — куриный фарш, снова слой блинчиков, на них — грибной фарш и т. д. Верхний слой должен быть из рисового фарша. При этом фарш и блинчики нужно укладывать таким образом, чтобы получился холмик. Этот холмик обложить со всех сторон блинчиками.

Раскатать из теста вторую лепешку диаметром 35–40 см. Сделать в ней 4 радиальных разреза и накрыть ею фарш. Края верхней и нижней лепешек защипить у основания. На поверхности курника защипить грани по линиям радиальных разрезов. Сделать из теста различные украшения и уложить их на курник. Смазать его яйцом, сделать несколько проколов вилкой и выпекать в духовке при температуре 200–210 °С.

Рисовый курник

Для теста: *2 яйца, 100 г сливочного масла, 200 г сметаны, 3 ст. муки (400 г), соль по вкусу.*

Для начинки: *1 курица средних размеров, куриный бульон, 50 г сливок, мускатный орех, зелень петрушки, 1/4 лимона, 1 ст. риса, пучок зелени, 5 яиц, грибы.*

Вылить в кастрюлю 2 яйца, добавить масло, сметану, всыпать муку, соль и замесить тесто.

Сварить курицу, вынуть ее из бульона, слегка остудив, нарезать грудинку ломтиками, остальное мясо снять с костей. Кости пусть довариваются в бульоне. Затем отлить 1,25 стакана куриного бульона, прибавить сливки, мускатный орех, все это перемешать и уварить, чтобы осталась половина жидкости, положить в полученный соус мелко нарубленную петрушку, несколько капель лимонного сока и все куриное мясо, остудить.

Рис вымыть в холодной воде, слить, всыпать в кипяток, вскипятить, откинуть на решето, промыть холодной водой, опустить в 3 стакана кипящего куриного бульона с небольшим пучком зелени, сварить до мягкости, но чтобы не разварился, посолить.

Сваренные вкрутую яйца (5 шт.) нарубить. Поджарить в масле и сметане несколько белых или маринованных грибов.

Когда все будет готово, взять приготовленное тесто, оставить четвертую часть на крышку курника, а три четверти теста раскатать в пласт толщиной 0,5 см, придав ему круглую форму, и положить на противень. На середину теста выложить половину риса, разровнять, оставить края теста непокрытыми. На рис равномерно выложить половину яиц, потом половину курицы и грибов, опять рис, яйца и курицу с грибами. Ложкой примять фарш поплотнее, натянуть кверху края теста, но осторожно,

чтобы тесто не прорвалось. Наверх положить крышку из оставшегося кусочка раскатанного теста, защипнуть края, оставить посередине отверстие и украсить верх фигурками из теста. Курнику придать ровную конусообразную форму. Смазать яйцом, поставить в горячую духовку. Когда фарш закипит и курник легко сдвинется с места, он готов.

Оставшийся куриный бульон можно употреблять на суп.

Рыбник

500 г рыбного филе, 1 луковица, 2–3 картофелины, 2–3 столовые ложки сливочного масла, соль, перец по вкусу, 2 яйца для смазки.

Приготовить кислое тесто. Раскатать его, как для обычного пирога, и сформовать две лепешки круглой или прямоугольной формы. Лепешка, которая будет использована для нижнего слоя пирога, должна быть несколько тоньше верхней. На лепешку уложить слой тонко нарезанного сырого картофеля, обсыпанные солью и перцем крупные куски рыбного филе, сверху — тонко нарезанный сырой лук. Все сбрызнуть маслом и накрыть второй лепешкой. Края лепешки соединить и подогнуть книзу. Дать тесту расстойку, смазать его яйцом и сделать вилкой несколько проколов. Выпекать в духовке, разогретой до температуры 200–220 °С.

Вместо сырого картофеля можно использовать картофельное пюре, приготовленное с добавлением жареного лука, молока, сливок. Кислое пшеничное тесто можно заменить пресным из ржаной муки.

Ватрушки

Приготовить кислое сметанное или слоеное тесто и начинку из творога. Тесто раскатать в жгут, разрезать на 20 равных кусочков, скатать их в шарики и уложить на смазанный маслом противень на расстоянии 5 см друг от друга.

После десятиминутной расстойки теста сделать в каждом шарике донышком стакана или пестиком углубление. Смазать края ватрушки яйцом, а в углубление ложкой ровным слоем выложить творожную начинку.

Снова дать тесту десятиминутную расстойку и уже затем выпекать ватрушки в духовке, разогретой до температуры 220–240 °С.

Готовые ватрушки смазать по краям сливочным маслом.

Название этих небольших открытых пирожков, по-видимому, происходит от слова ватра, которое на большинстве славянских языков означает огонь, очаг. Присмотритесь к только что вынутым из духовки румяным, ароматным ватрушкам, они действительно напоминают маленькие солнца.

Пирог медовый

Для начинки к пирогам: 1 ст. меда, 200 г сливочного масла, 1 ст. орехов, 3 яйца (из них одно для смазки).

Приготовить кислое тесто, раскатать из него круглую или прямоугольную лепешку, положить ее на сковороду, смазанную маслом. Из того же теста сделать жгут, который уложить на противень по краям пирога. Этот бортик предназначен для того, чтобы медовая начинка не стекала на противень. Приготовить начинку: мед с маслом нагреть до жидкого состояния, охладить до 25–30 ˚С, добавить смесь рубленые орехов и яиц и все перемешать.

Эту начинку равномерно уложить на поверхность пирога и после 20-30-минутной расстойки выпекать в духовке при температуре 210–220 ˚С.

Русский слоеный пирог

1 кг муки, 3 яйца, 120 г сахара, 1/2 рюмки водки, 200 г сливочного масла, 200 г варенья, 1/2 чайной ложки соли.

Разбить в миску 3 яйца, влить 1,25 стакана сладкой воды (3 столовые ложки сахара), водку, добавить соль и все перемешать. Постепенно всыпать в смесь 900 г муки и замесить тесто. Выбить его скалкой до тех пор, пока оно не будет отставать от скалки.

Оставшейся мукой обсыпать стол и выложить на него тесто. Разделить его на сорок равных частей и сформовать из них шарики. Каждый шарик раскатать в лепешку величиной с блюдечко и уложить стопкой, обильно пересыпая мукой, чтобы не слиплись.

Большое круглое блюдо смазать растительным маслом, взять одну лепешку и аккуратно растянуть ее в руках, перебирая пальцами от краев к середине и растягивая на сжатых кулаках. Тесто при этом не должно иметь порывов. Натянуть тесто на блюдо, подогнуть края и смазать поверхность маслом. Таким же образом уложить 20 лепешек. На верхнюю лепешку выложить густое варенье, концы лепешки загнуть кверху, чтобы варенье не вытекло. Затем, как описано выше, уложить остальные лепешки,

не забывая их смазывать маслом.

Блюдо поставить в не слишком горячую духовку для выпекания пирога. Минут через 40 пирог испечется.

Этот пирог можно приготовить с вечера, оставить в холодильнике, а на следующий день испечь.

В холодильнике испеченный пирог может храниться около месяца.

Пирог двуслойный

Для начинки: 300 г свежих яблок, 300 г малины или клубники, 1 ст. сахара, 1 яйцо для смазки.

Приготовить кислое тесто, уменьшив вложение всех компонентов в 2 раза. Две трети приготовленного теста раскатать в пласт круглой или прямоугольной формы толщиной 5-10 мм и с помощью скалки положить его на сковороду или противень.

Яблоки нарезать тонкими дольками, уложить их ровным слоем на тесто и обсыпать сахаром. Из оставшегося теста раскатать второй, но более тонкий пласт и жгутик толщиной 15 мм. Уложить пласт на яблоки, края нижнего и верхнего слоев теста плотно защипнуть.

Смазать пирог яйцом, сделать вилкой проколы по его поверхности. По краю пирога уложить жгутик так, чтобы получился бордюр. После 30-минутной расстойки выпечь пирог в духовке, разогретой до 200–210 ˚С. Готовый пирог вынуть из духовки, охладить, уложить на него малину, обсыпать ягоды сахаром и залить желе.

Пирог вишневый

Для вишневой начинки: 500 г свежей вишни, 4 яичных желтка, 2 столовые ложки сахара, 0,5 ст. молока, 1 столовая ложка муки.

Приготовить кислое тесто. Раскатать его пластом круглой или прямоугольной формы. Вокруг пласта уложить сделанный из теста жгут толщиной 2–3 см. Поверхность пирога покрыть творожной массой. Приготовить начинку: удалить из вишни косточки, перемешать ягоды с остальными продуктами. Вишневую массу выложить ровным слоем на творог. Дать пирогу полную расстойку и выпекать в духовке при температуре 200–220 ˚С.

Сочни с творогом

Приготовить сметанное тесто, раскатать его толстым жгутом и разрезать на куски массой 70–80 г. Из кусков скатать шарики и разделать их на тонкие лепешки. Уложить на лепешку начинку из творожной массы, свернуть лепешку пополам, а края плотно защипнуть. По форме сочень должен напоминать полукруг. Дать тесту полную расстойку и потом обжарить с маслом на сковороде.

Сочни северные

Для начинки: 300 г говядины, 2 яйца, 1 луковица, 80-100 г ветчины, 1/2 ст. молока, 40–50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Мясо прокрутить через мясорубку, лук мелко нашинковать, ветчину нарубить, яйца сварить вкрутую и тоже нарубить. На разогретой, смазанной жиром сковороде обжарить лук до золотистого цвета, добавить к нему ветчину, мясо. Когда фарш хорошо прожарится, добавить в него рубленые яйца, молоко, соль, перец. Далее готовить так же, как и сочни с творогом.

Шаньги сибирские

Для «намазки»: 1/2 ст. муки, 1 яйцо, 1/2 ст. сметаны, 2/3 ст. растительного масла, соль и перец по вкусу.

Приготовить кислое тесто и разделать его на лепешки диаметром 7–8 см, дать полную расстойку. Все продукты для «намазки» хорошо перемешать до получения однородной вязкой массы. Лепешки сверху намазать «намазкой» и выпекать в духовке при температуре 200–210 °С.

Шаньги с картофелем

Для «намазки»: 5–7 картофелин, 1/2 ст. молока, 1 яйцо, 1/4 ст. сметаны, 2–3 столовые ложки сливочного масла, соль, перец по вкусу.

Приготовить тесто и разделать, как для шаньг сибирских. Уложить лепешки на смазанный маслом противень, дать тесту полную расстойку. Приготовить «намазку»: отварной горячий картофель истолочь, добавить горячее молоко, яйцо, сметану и все хорошо перемешать. Кроме того, в «намазку» можно положить жареный лук. В лепешках сделать углубления, уложить в них «намазку», сбрызнуть маслом и выпекать в духовке при температуре 200–210 °С.

Пирог с мясом и яйцами

800 г вареного или жареного мяса, 100 г сливочного масла, 1 луковица, 3 яйца, 1/2 ст. бульона, кислое тесто

Приготовить кислое или слоеное тесто, как описано выше. Между тем нашинковать лук и обжарить его на масле, положить в сковороду нарубленное или пропущенное через мясорубку мясо, добавить масло, бульон, соль и быстро прогреть с луком. Когда мясо остынет, добавить в него нарубленные вареные яйца и все хорошо перемешать.

Подготовленное тесто раскатать на две лепешки. Одну лепешку обсыпать мукой, сложить вчетверо и перенести со стола на противень, смазанный маслом. Развернуть тесто, ровным слоем выложить на него приготовленную начинку, загнуть края, чтобы пирог приобрел правильную форму.

Накрыть пирог второй лепешкой и защипнуть края. Дать пирогу расстойку в течение 1/2 часа, смазать яйцом и, проколов пирог в нескольких местах вилкой, поставить выпекаться в духовку.

Пирог с грибами и кашей

500 г гречневой крупы, 100 г сливочного масла, 100 г сушеных грибов, 1 луковица, соль по вкусу.

Вымочить в течение 10–12 час сушеные грибы в молоке. Сварить рассыпчатую гречневую кашу. Подготовленные грибы сварить до готовности и мелко порубить. Лук нашинковать и обжарить на масле. Все продукты смешать и хорошо прогреть с маслом на сковороде. Далее готовить пирог обычным способом из кислого или сметанного теста.

Пирог с капустой и рыбой

500 г рыбной и 700 г капустной начинки.

Приготовить кислое тесто и раскатать его в пласт по форме будущего пирога. Ровно выложить слой капусты, на нее — слой рыбы и снова слой капусты. Края пирога заделать обычным способом и запечь пирог в духовке

Пирог с белыми грибами

1 кг грибов, 100 г сливочного масла, 3/4 ст. сметаны, 1 столовая ложка муки, 1 яйцо, укроп, соль по вкусу.

Приготовить сметанное тесто. Раскатать его на две тонкие круглые лепешки по величине сковороды, в которой будет

выпекаться пирог. Уложить первую лепешку на сухую (без масла) сковороду. Выложить ровным слоем фарш, накрыть его второй лепешкой, защипнуть края. Сверху пирог смазать яйцом, обсыпать панировочными сухарями, сделать проколы вилкой и поставить выпекаться в очень горячую духовку.

Фарш для этого пирога готовят так: свежие белые грибы крупно нарезать и потушить с маслом в глубокой сковороде под крышкой до готовности. Затем грибы посолить, поперчить, добавить 3/4 стакана сметаны, ложку прогретой муки и довести смесь до кипения. После остывания должен получиться очень густой соус. Для аромата в него можно добавить 2–3 ложки рубленого укропа. Этим соусом (остывшим) и начиняют пирог.

Пирожки закусочные

200 г тертого сыра, 1 яйцо.

Приготовить сметанное или слоеное тесто, раскатать его на тонкий пласт, обсыпать тертым сыром, сложить вчетверо и оставить в холодильнике на 30 мин. Затем снова раскатать тесто в прямоугольный пласт толщиной с палец, смазать яйцом, обсыпать сыром. Смочить нож горячей водой и разрезать им тесто на прямоугольники шириной 3–4 см и длиной 5–6 см. Выложить их на смазанный маслом противень и запечь в духовке.

Эти пирожки хорошо подать к мясному бульону.

Пирог семейный

Приготовить дрожжевое кислое тесто, раскатать его широким пластом и вырезать из него кружочки диаметром 60–70 мм. На середину каждого кружочка уложить фарш из костного мозга, лепешку сложить вдвое и защипнуть. В смазанную маслом широкую и достаточно глубокую форму уложить слой пирожков, смазать их маслом. На них положить новый слой и т. д., пока форма не заполнится доверху.

Верхний слой пирожков смазать маслом, поставить форму в духовку и выпекать при температуре 200–220 °С.

Фарш готовят так: мозг нарезать кусочками и варить в подсоленной воде 2–3 мин. Готовый мозг посолить и слегка обжарить с репчатым луком.

Этот пирог при подаче не разрезают, а разбирают на части при помощи вилки, ложки и ножа. Приготовить его можно и с разными фаршами: мясным, рисовым с грибами, капустным, яичным, морковным и пр.

Паштет из рыбы

700 г рыбы (судак, щука, лососина), 1/2 ст. рыбного бульона, 2 рюмки белого вина, лавровый лист, соль, перец по вкусу.

Для фарша: *500 г рыбного филе, 1 столовая ложка растительного масла, 1 луковица, 1/2 ст. сливок, 2 ломтика пшеничного хлеба (без корок), соль, перец по вкусу.*

Приготовить слоеное тесто, тонко его раскатать и выложить им смазанную маслом и обсыпанную сухарями форму. Нарезать кусочками рыбу и обжарить ее на масле до полуготовности. Рыбу посолить, поперчить, добавить в кастрюлю лавровый лист, 2 рюмки белого вина, 1/2 стакана рыбного бульона, несколько ломтиков лимона и потушить под крышкой до готовности.

Приготовить фарш: луковицу изрубить и поджарить с маслом, добавить прокрученную на мясорубке рыбу, все хорошо прожарить, посолить, поперчить. Затем рыбу и лук вместе с размоченным в молоке хлебом еще раз пропустить через мясорубку, добавить сливки и хорошенько взбить.

На тесто, которым выложена форма, уложить слоями фарш и рыбу. Нижний и верхний слои должны быть из фарша. Накрыть форму крышкой из того же теста, плотно защипнуть его, сделать проколы вилкой, смазать яйцом и запечь в духовке.

Когда паштет зарумянится и будет легко отставать от стенок формы, вынуть его из формы, срезать крышку, залить соусом начинку, накрыть крышкой и подать к столу.

Соус приготовить на том же соке, в котором тушилась рыба. Для этого заправить его прогретой мукой (1 столовая ложка) и дать закипеть.

Начинки для пирогов

Мясо

600 г мякоти мяса, 2 луковицы, 1 столовая ложка муки, 4 столовые ложки масла, лавровый лист, соль, перец по вкусу.

Мясо промыть, пропустить через мясорубку, положить на смазанный маслом противень и обжарить в духовке до готовности, но не засушивать. Затем снова пропустить через мясорубку. Мелко нарубленный лук, муку поджарить на сковороде с жиром и развести бульоном, добавив соль, перец, рубленую зелень. Все это хорошо перемешать с мясом. Фарш должен быть сочным.

Птица с яйцом и рисом

500 г потрошеной птицы, 2 столовые ложки жира, 2 столовые ложки сливок, 2 столовые ложки риса, 1 яйцо, 1/2 шт. мускатного ореха, соль по вкусу.

Тушку птицы отварить и зажарить обычным способом. Мякоть отделить от костей и мелко нарубить. Рис перебрать, промыть в нескольких водах до исчезновения мути, всыпать в кипящую подсоленную воду и варить до полуготовности рассыпчатой каши. Затем откинуть на дуршлаг, обдать горячей водой и смешать с маслом. Яйцо сварить вкрутую, мелко нарубить, мускатный орех натереть на терке. Все продукты хорошо перемешать.

Ливер

700 г ливера, 2 луковицы, 4 столовые ложки жира, 1 чайная ложка муки, соль по вкусу.

Разрезать ливер на кусочки массой 30–40 г каждый, промыть и сварить в подсоленной воде до готовности, затем пропустить через мясорубку, слегка обжарить с луком и заправить соусом. Соус приготовить так: на сковороду положить 4 столовые ложки жира, разогреть его и обжарить в нем мелко нашинкованный лук. Добавить столовую ложку муки и жарить ее до образования светло-коричневой окраски. После этого влить около стакана бульона, при этом смесь должна иметь консистенцию густой сметаны.

Проварив смесь в течение 10 мин, добавить в нее соль, перец, рубленую зелень.

Мозги

500 г мозгов, 2 луковицы, 4 столовые ложки жира, 2 столовые ложки сметаны, 4 ст. воды, 4 столовые ложки 3 %-ного уксуса, лавровый лист, соль, перец по вкусу.

Замочить свежие мозги на 1,5–2 часа в холодной воде, осторожно отделить пленку, слить кровь, положить мозги в кастрюлю с подкисленной, подсоленной водой, добавить лавровый лист и варить при слабом кипении 15–20 мин до готовности. Сваренные мозги охладить, измельчить и перемешать со сметаной и обжаренным в жире луком.

Рыба

600 г рыбного филе, 2 луковицы, 1 столовая ложка муки, 4 столовые ложки растительного масла, лавровый лист, соль, перец, зелень по вкусу.

Филе промыть, посолить и обжарить с обеих сторон. Затем охладить и пропустить через мясорубку. Лук мелко нашинковать, обжарить до розового цвета, добавить муку и дожарить до светло-коричневого цвета. Затем развести небольшим количеством воды или бульона до консистенции густой сметаны, добавить рыбный фарш и все хорошо перемешать.

Визига

400 г свежей визиги, 2 луковицы, 4 столовые ложки жира, 2 чайные ложки муки, соль, перец, зелень по вкусу.

Свежую визигу промыть и варить в подсоленной воде 1,5–2 часа до размягчения, охладить и пропустить через мясорубку. Приготовить соус, как для фарша из ливера, и смешать его с рубленой визигой. Половину нормы визиги можно заменить рыбой.

Рис с грибами

3 столовые ложки риса, 100–150 г свежих грибов, 4 столовые ложки жира, 3 ст. воды для варки риса, 1 луковица, 1 чайная ложка пшеничной муки, соль, перец по вкусу.

Сварить рис, как для фарша из дичи с рисом. Грибы очистить и отварить в подсоленной воде до готовности. Сваренные грибы пропустить через мясорубку и обжарить с жиром. Из жира, муки и грибного отвара сделать соус, как для фарша из ливера. Смешать соус с рисом и грибным фаршем.

Гречневая каша с печенью

1/2 ст. гречневой крупы, 2/3 ст. воды для варки, 4 столовые ложки жира, 300 г печени, 2 луковицы, соль, перец по вкусу

Крупу перебрать и обжарить на сухой сковороде до образования коричневого цвета. Воду вскипятить, опустить в нее обжаренную крупу и варить на медленном огне до готовности. Печень обработать, нарезать ломтиками и обжарить в жире до готовности (не пересушивая). Пропустить через мясорубку и, соединив с мелко нарубленным луком, обжарить в жире, посолить и поперчить. Все продукты соединить и хорошо перемешать. Если фарш получился суховатым, добавить в него немного молока или бульона.

Свежая капуста

700 г свежей капусты, 2 яйца, 4 столовые ложки жира, соль по вкусу.

Капусту очистить от негодных листьев, промыть, удалить кочерыжку. Измельчить капусту и положить ее на смазанную жиром сковороду. Обжарить до полуготовности. Добавить в капусту сваренные вкрутую и нарубленные яйца, все посолить и хорошо перемешать.

Квашеная капуста

2 ст. капусты, 4 столовые ложки жира, 2 луковицы, соль, сахар по вкусу.

Квашеную капусту промыть и ошпарить кипятком (для удаления кислоты). Положить ее в кастрюлю с маслом, добавить обжаренный лук, соль, сахар и тушить под крышкой до готовности.

Морковь со сметаной

400 г моркови, 2 яйца, 1 столовая ложка пшеничной муки, по 6 столовых ложек жира и сметаны, 1 столовая ложка сахара, соль по вкусу.

Морковь очистить, промыть, пропустить через мясорубку и обжарить в жире. Вынуть морковь из сковороды, а в оставшемся жире обжарить муку и, охладив ее, соединить со сметаной. Добавить сюда же морковь, сваренные вкрутую рубленые яйца, зелень, соль и немного бульона. Все это хорошо размешать.

Творог

2 неполных ст. творога, 2 яйца, 2 столовые ложки сахара, 1 столовая ложка муки, 6 г ванильного сахара, соль по вкусу.

Протереть творог через сито, добавить сахар, сырое яйцо, муку, слегка обжаренную на сухой сковороде, соль, ванильный сахар. Все смешать до получения однородной массы.

Яблоки

500 г яблок, 4 столовые ложки сахара, 1/2 рюмки коньяка или водки

Яблоки очистить от кожицы, нарезать тонкими ломтиками, обсыпать сахаром, сбрызнуть коньяком (водкой), дать постоять 1,5–2 часа и использовать как начинку.

Мак с медом

10–12 столовых ложек мака, 6 столовых ложек меда.

Мак промыть в теплой воде до исчезновения песка, положить его в кастрюлю с медом и варить, помешивая, 5–8 мин. Использовать охлажденным.

Вишня

400 г вишни, 4 столовые ложки сахара.

Вишню с удаленными косточками пересыпать сахаром и оставить на 4 ч. Сок слить и использовать для приготовления сладких соусов.

Черемуха

200 г сухой черемухи, 1 стакан сахара, 1 стакан воды, 4 яйца.

Черемуху перебрать, размочить, залить горячей водой и дать ей набухнуть. Добавить сахар, сырые яйца и хорошо перемешать.

Зеленый лук с яйцом

500 г зеленого лука, 50 г сливочного масла, 5 яиц (сваренных вкрутую), соль, перец по вкусу.

Зеленый лук мелко нарезать, посолить, поперчить и, смешав с мелкорублеными яйцами, прогреть на сковороде с маслом.

Мучные сладкие блюда

Петербургская баба

18 яиц, 35 г дрожжей, 15 шт. горького миндаля, 1 лимон, 200 г сливочного масла, 2/3 ст. сахара, 2 ст. сметаны, 400 г пшеничной муки, 1/3 ст. молока, соль по вкусу.

Отделить яичные желтки от белков. Желтки взбить с сахаром до образования пены. Натереть цедру лимона и миндаль, взбить сливочное масло, и, добавив все это во взбитые желтки, хорошо смешать. Развести дрожжи в теплом молоке, взбить до пены яичные белки. В миску с желтками при постоянном помешивании добавить разведенные дрожжи, сметану, муку и в конце — яичные белки. Массу выложить в форму (или в несколько форм), заполнив ее на 1/3 объема. Форму накрыть полотенцем и поставить в теплое место для того, чтобы тесто поднялось. Когда тесто поднимется до 2/3 объема формы, поставить форму в разогретую духовку и выпекать в течение часа.

Медовый пряник

200 г меда, 400 г муки, 200 г сливочного масла, 1/2 стакана сахара, 1–2 яйца, 1/2 лимона, 2 чайные ложки порошка корицы, имбирь, гвоздика, соль по вкусу.

Мед вылить в кастрюлю, положить туда же масло, поставить на огонь и прогревать до тех пор, пока масло не растает, снять с огня. Добавить в мед сахар, соль, имбирь, взбитые яйца, толченую гвоздику, тертую цедру лимона, порошок корицы. В конце всыпать муку, все хорошо размешать.

Обсыпать стол мукой и раскатать на нем пряничное тесто пластом. Нарезать тесто выемками в форме различных фигурок, уложить на противень, смазанный маслом и обсыпанный мукой. Выпекать пряники в несильно разогретой духовке.

Готовые пряники покрыть глазурью. Для ее приготовления 1 яичный белок хорошо размешать со 100 г сахара и ванилью.

Пряники аппетитные

2 ст. сахара, 50 г порошка корицы, 50 г обсахаренной лимонной корки, 1 мускатный орех, 200 г сладкого миндаля, 2 лимона, 1 кг муки, 3 ст. меда, корица, гвоздика по вкусу.

В миску высыпать сахар, толченую корицу, гвоздику, мелко

нарезанные обсахаренные лимонные корочки, натертый мускатный орех, крупно истолченный сладкий миндаль, тертую цедру лимонов, муку. Мед прогреть, не доводя до кипения, и вылить в миску с продуктами. Все очень хорошо размешать и дать тесту остыть. Затем тесто раскатать пластом толщиной 1 см, нарезать из него пряники различной формы, уложить их на противень, обсыпанный мукой, и выпекать в сильно разогретой духовке в течение 25–30 мин.

Левашники

400 г муки, 2 яйца, 2/3 ст. воды, 20 г водки, 40 г сахара, 1 ст. варенья, 300 г растительного масла (для фритюра), соль по вкусу.

Просеять пшеничную муку, сделать в ней воронку. В холодную воду всыпать сахар, соль, добавить водку, яичный белок, хорошо все размешать и вылить в середину воронки из муки. Замесить очень крутое тесто, раскатать его очень тонким слоем и нарезать квадратики. На одну сторону квадратика положить варенье, свернуть квадратик по диагонали, края склеить яичным желтком. В небольшую кастрюлю налить растительное масло и поставить ее на огонь. Когда масло сильно разогреется, каждое изделие проколоть вилкой и обжарить. Подавать левашники очень горячими.

Сладкий каравай

1 ст. пшена, 2 ст. молока, 2/3 ст. воды, 1 столовая ложка сахара, 2 яйца, 40 г сливочного масла, 2 столовые ложки изюма, 1 ст. варенья, 1 столовая ложка сметаны, 1 столовая ложка панировочных сухарей.

Сварить вязкую пшенную кашу, охладить ее до 60–70 °С, добавить в нее яичные желтки, растертые с сахаром, изюм и хорошо перемешать. Яичные белки взбить в пену, добавить в кашу. Массу выложить в высокие формы, смазанные маслом и обсыпанные сухарями. Каждая форма должна быть заполнена на 3/4 высоты. Сверху массу смазать сметаной, формы поместить в духовку и выпекать до готовности каравая. Готовый каравай выложить на блюдо и полить вареньем.

Каши

«Прематерью хлеба» называют в народе кашу. Варил как-то древний кулинар кашу и ненароком насыпал крупы больше, чем положено. Короче, ошибка обернулась лепешкой. Люди, как следует отругав нерадивого кашевара, все-таки попробовали новое блюдо и, как видно, оно им понравилось. Со временем лепешки стали выпекать из муки. Так, согласно народной присказке, из каши появился на свет хлеб.

На Руси каша испокон веков занимала важнейшее место в питании народа. Ее варили из проса (пшена), овса, ячменя, гречки и других круп в будни и праздники «на пропасть ладов». Интересно, что кашей в Древней Руси называли не только крупяные блюда, а вообще все кушанья, которые сварены из измельченных продуктов. Так, в старинных источниках упоминаются хлебные каши, которые варили из сухарей, а также самые разнообразные рыбные каши: сельдяная, сиговая, семужья, лососевая, стерляжья, осетровая, белужья, каша с головизной. По-видимому, рыбу эту мелко крошили и, возможно, смешивали с разваренной крупой. По некоторым сведениям в скоромные дни в такую кашу добавляли и мясо. Готовили также каши из смеси разных круп. В XVIII-XIX веках крупу разваривали вместе с картофелем. Заправленное луком и постным маслом, это блюдо получило название кулеш. Готовили также гороховые, соковые (на конопляном масле), морковные, репяные и множество других каш.

В древности, да и в недалеком прошлом каша составляла основную трапезу как бедных, так и богатых людей. Отсюда и русская пословица: «каша — мать наша».

То огромное значение, которое имела каша и другие крупяные блюда в питании славянских народов, в том числе и русских людей, не могло не сказаться на использовании их в качестве обрядовых кушаний.

Например, в Древней Руси «кашей» называли свадебный пир. Новгородская летопись 1239 года, сообщая о браке Александра Невского, говорит, что князь «венчался в Троице, ту (там — авт.) кашу чинили, а в Новгороде другую».

А вот какая история вышла с «кашей» князя Дмитрия Донского. Решив жениться на дочери нижегородского князя, он, по существующему в ту пору обычаю, должен был ехать «на кашу» к отцу своей невесты. Однако князь московский счел ниже своего достоинства справлять собственную свадьбу на земле своего будущего тестя и предложил последнему прибыть в Москву. Но

нижегородский князь упал бы в собственных глазах и в глазах своих соседей, согласись он на такое «оскорбительное» предложение.

И тогда выбрали золотую середину. Кашу сварили не в Москве и не в Новгороде, а в городе Коломне, что лежит почти посередине дороги между славными городами.

Вообще организация свадебного пира и в те времена, впрочем, как и сегодня, была делом довольно хлопотным, и недаром породила поговорку «заварить кашу».

Кашу варили и при заключении мирного договора между враждующими сторонами. Затем, в знак союза и дружбы, бывшие противники садились за один стол и ели эту кашу. Если же сторонам не удавалось достигнуть соглашения о мире, говорили: «с ним каши не сваришь». Выражение это дожило до нашего времени, правда, смысл его несколько изменился. Сегодня мы чаще адресуем эту фразу неумелому человеку, чем недругу.

Без каши на Руси не обходились рождественские праздники, родины, свадьбы, похороны и многие другие события в жизни народа.

На Васильев день во многих русских губерниях кашу готовили с соблюдением определенного ритуала. Происходило это примерно так. Варили кашу «до света». Крупу из амбара (ночью) приносила старшая в доме женщина, а воду из реки или колодца — старший из мужчин. И воду и крупу ставили на стол и упаси бог кому-либо до них дотронуться, пока не истопится печь.

Но вот печь истоплена, все семейство садится за стол и старшая женщина, размешивая крупу, приговаривает: «Сеяли, растили гречу во все лето; уродилась наша греча и крупна и румяна; звали-позывали гречу в Царьград со князьями, с боярами, с честным овсом, золотым ячменем; ждали гречу, дожидали у каменных врат; встречали гречу князья и бояре, сажали гречу за дубовый стол пир пировать; приехала греча к нам гостевать». Вероятно, если каша варилась из другой крупы, ей тоже воздавалась хвала. Но гречиха всегда пользовалась у русского народа особым уважением. Не случайно ее называли княгиней.

После этого причитания все встают из-за стола, и хозяйка с поклонами ставит горшок с кашей в печь. Затем семейство снова садится за стол и ждет, когда каша сварится.

Наконец-то каша готова, и здесь наступает ответственный момент. Со словами: «Милости просим к нам во двор со своим добром», женщина вынимает кашу из печи и перво-наперво осматривает горшок, в котором она варилась. Нет большего несчастья для семьи, если каша вылезет из горшка или того хуже — горшок окажется с трещиной. Открывай ворота для грядущих

бед. Но и это не все. Если каша получилась красная, хорошо разваренная — быть семье счастливой в новом году, с хорошим урожаем. Бледный же цвет каши — предвестник альтернативных последствий.

Вообще существовало великое множество способов гадания на каше. При этом чаще всего объектом гадания был будущий урожай. Например, в Галицкой Руси за ужином накануне Рождества ели кутью. И был распространен такой необычный способ предсказания урожая. Хозяин дома, зачерпнув полную ложку каши, швырял ее под потолок. Чем больше зерен прилипнет к потолку, тем богаче урожай.

Кстати, о кутье. Ее готовили из пшеницы, риса, ячменя и других круп с изюмом, медом, маком и т. д. Как правило, кутья повсеместно имела обрядовое поминальное значение. Но на Руси, как мы уже отмечали выше, ее готовили также и на Рождество.

Вот что пишет о кутье М.Г. Рабинович: «Кутья упомянута впервые в начале XII века, (в летописном источнике — «Повести временных лет» — авт.).

Первоначально она готовилась из зерен пшеницы с медом, а в XVI веке — с маком. В XIX веке для кутьи брали уже рис и изюм, как это делают и в настоящее время. Если древняя кутья, по-видимому, деревенского происхождения, то более поздняя (целиком из привозных продуктов) — городского. Устав о трапезах Тихвинского монастыря различает кутью и «коливо сиречь пшеница варена с медом и изюмью чинена». Видимо, в конце XVI века только еще начали прибавлять в кутью изюм и для отличия употребляли название коливо, которое значило то же, что кутья.»

Неотъемлемой частью свадебных обрядов на Руси было кормление молодых кашей. Она считалась символом посева и плодородия. Видимо по этой же причине бабы, принимавшие роды, варили специальную кашу для рожениц.

Повсеместно на Руси был распространен также обычай обсыпания жениха и невесты крупами и зерном. Молодых обсыпали перед отправлением к венцу, при выходе из церкви, перед входом в дом. В некоторых губерниях и этим не ограничивались. Даже на следующий день, когда молодые выходили из бани, их встречали дождем из зерна.

Смысл обсыпания молодых был двоякий: чтобы хлеб родился хороший и сохранилась красота (здоровье) молодых. Поэтому в приговорах, которыми сопровождалось обсыпание, часто повторяются пожелания хорошего урожая и здоровья.

Обычно обсыпали молодых овсом, ячменем, пшеницей. Правда, в разной местности использовали разные крупы и зерно.

Иногда жениха обсыпали хмелем, так как хмель является символом мужского начала.

Каша часто являлась основным угощением на празднествах по случаю окончания жатвы, особенно, если дело не обходилось без помощи наемных работников. При найме же на работу в страду работник часто в качестве важного условия выговаривал обязательную кашу на обед. Особо щепетильными в этом отношении были карелы, так как считали пшенную кашу большим лакомством.

В Холмогорском уезде пшенная каша была обязательным угощением после крестин.

Так называемую «обетную» кашу ели в день Аграфены Купальницы (23 июня) по возвращении из бани или после купания. Готовилась эта каша с особыми обрядами. Часто толочь крупу для каши собирались девушки из разных домов, при этом каждая приносила свою крупу. Варили в этот день и «мирскую кашу», которой кормили нищих.

Любая коллективная работа, будь то жатва или строительство дома, не обходилась без артельной каши. Иногда и саму артель называли кашей. «Мы с ним из одной каши», — говорили артельщики.

Как видим, каша для русских людей в прошлые времена имела гораздо большее значение, чем в наши дни. Но прежде всего, она ценилась как главное блюдо народного стола. Каша сопровождала человека всю его жизнь от рождения и до последнего дня.

Мало какая другая кухня может предложить столько разновидностей каш, как русская. Различаются они, прежде всего, по видам круп. Самыми распространенными в России крупами для каш всегда были просо, ячмень, овес, гречка, рис и др.

Каждая крупа, в зависимости от вида обработки, подразделялась на виды. Так, из гречки делали ядрицу и продел, из ячменя — перловую (крупные зерна), голландку (зерна помельче) и ячневую (совсем мелкие зерна). Кстати, считают, что ячневая каша была любимым кушаньем Петра I.

Из проса варили пшенную кашу, из твердой пшеничной крупы — манную, из целого дробленого овса — овсяную. Широко была распространена в некоторых губерниях зеленая каша. Ее варили из молодой недозрелой, вполовину налившейся ржи.

Все мы с детства знаем сказку А.С. Пушкина, в которой поп кормил своего работника Балду вареной полбой. Что же это за полба? Одни считают, что это такая каша, другие уверенно относят ее к овощам. На самом же деле полбой на Руси называли колосовое растение, нечто среднее между пшеницей и ячменем.

Из полбенной крупы варили кашу, похлебку. Пища эта считалась грубой, но питательной, поэтому предназначалась главным образом для беднейших слоев населения.

Вообще же кашу варили из необработанных зерен, толченых и мелко перемолотых круп.

Из каш, которые варились из зерна без его предварительной обработки, до нашего времени дошла, пожалуй, только кутья. Из круп мелкого помола повсеместно было распространено толокно. Готовили его примерно так: овес промывали, недолго варили, затем высушивали в печи и толкли в ступе до тех пор, пока зерно не превращалось в мелкую крупу. Эту крупу просеивали через сито.

Безусловно, самой почитаемой в нашей стране среди круп является гречка. Недаром Россия считалась первой в мире гречишной державой. И действительно, когда-то (к сожалению, сегодня этого не скажешь) гречиху можно было видеть всюду. Она всегда выручала россиян в трудную годину, ведь растет она на «тощей» земле, не требующей глубокой вспашки.

Гречка прекрасно сочетается с другими продуктами: мясом, молоком, овощами, грибами и пр. Каких только блюд не готовят из гречки. Но, пожалуй, наиболее популярными всегда были и остаются гречневые каши. Их можно готовить на тысячу ладов. И все они обладают высокой питательной ценностью, имеют отменный вкус. Эти свойства каши из гречки нашли отражение в пословицах и поговорках русского народа.

«Горе наше, гречневая каша — есть не хочется, а покинуть жаль», «Гречневая каша — матушка наша, хлеб ржаной — отец наш родной».

К сожалению, сегодня каша занимает очень незначительное место в нашем рационе. Обычно мы вспоминаем о ней, когда в семье появляются малыши или в связи с предписанием врача.

На завтрак варить ее не хватает времени, в меню общепитовского обеда она тоже очень редкий гость, ну а в ужин хочется порадовать себя чем-то более существенным. Так и обходимся без каши, считая ее пищей детей, язвенников и стариков.

Между тем, отказываясь от каш, мы совершаем большую ошибку. Ведь крупы, из которых готовят каши, обладают высокой питательной ценностью. Так, в 100 г гречки (ядрица) содержится белка 12,6 г, углеводов — 68 г, кальций, магний, железо, много калия и фосфора, витамины $B_{1ь}$ B_2, PP. Такую же прекрасную характеристику можно написать для пшена, толокна, овсяной крупы.

Значительно меньше минеральных веществ и белка

содержится в рисе. Между тем из круп именно ему мы чаще всего отдаем предпочтение.

Белок, содержащийся в крупах, хорошо усваивается организмом. Велика и энергетическая ценность круп: она составляет 330–350 килокалорий на 10 г продукта. А если учесть, что любая каша предполагает помимо самой крупы еще всевозможные добавки (молоко, масло, мясо, сало, рыбу, грибы, овощи, фрукты и пр.), то вполне ответственно можно заявить — мало какое другое блюдо сравнится с ней по питательной ценности.

Каша хороша еще и тем, что она может удовлетворить любые, даже самые изысканные вкусы. Просто готовить ее, как, впрочем, и любое другое блюдо, нужно с фантазией. И времени для этого потребуется гораздо меньше, чем для многих блюд, которые давно приелись.

Приготовить кашу не сложно. Главное, правильно определить соотношение круп и воды.

Предлагаем запомнить

Для варки рассыпчатой каши необходимо взять на 1 стакан гречки 1,5 стакана воды, пшена — 1,75, риса — 2,5 стакана воды.

Для варки вязкой каши необходимо взять на 1 стакан гречки 3 стакана воды, пшена 3,5, риса — 4 стакана воды.

Для варки жидкой каши необходимо взять на 1 стакан пшена 1,5 стакана воды, риса 5,5 стакана воды. Из гречки жидкую кашу обычно не варят.

Каша «пуховая»

2 ст. гречневой крупы, 2 яйца, 4 ст. молока, 30–40 г сливочного масла; для заправки: 2 ст. сливок, 3 столовые ложки сахара, 5 сырых яичных желтков, соль по вкусу.

Гречневую крупу перетереть с 2 сырыми яйцами, разложить на противень и высушить в духовке. Сварить на подсоленном молоке рассыпчатую кашу, добавить масло и, когда она остынет, протереть ее сквозь сито на блюдо. Приготовить заправку: сливки вскипятить с сахаром. Взбить желтки, размешать их с остывшими сливками, поставить на огонь и нагревать (помешивая) до загустения. Кашу разложить по тарелкам и перед подачей полить заправкой.

Каша тыквенная

800 г очищенной тыквы, 4,5 ст. молока, 1 ст. риса, 100 г сливочного масла, 1 столовая ложка сахара, соль по вкусу.

Тыкву нарезать кусочками, залить 1,5 стакана молока, разварить на слабом огне, остудить и протереть через сито. Рис промыть, залить подсоленным молоком (3 стакана) и сварить рассыпчатую кашу. Когда каша сварится, смешать ее с тыквой, положить сливочное масло и поставить в духовку, чтобы каша подрумянилась. Готовую кашу полить взбитыми сладкими сливками.

Каша с луком и шпиком

4 ст. рассыпчатой каши (гречневой, пшенной, пшеничной, рисовой, манной), 2 луковицы, 150 г шпика, соль по вкусу.

Лук мелко нашинковать и обжарить со шпиком, нарезанным мелкими кубиками. Горячую рассыпчатую подсоленную кашу перемешать с пассерованным луком и шкварками шпика.

Каша пшенная с черносливом

1 ст. крупы (пшена), 0,5 ст. чернослива, 50 г сливочного масла, 2,5–3 ст. воды

Чернослив перебрать, промыть, залить горячей водой и сварить. Отвар слить, добавить к нему нужное количество воды, сахар, соль по вкусу, всыпать крупу и сварить вязкую кашу. Разложить кашу по тарелкам, в каждую из них добавить чернослив и сливочное масло.

Каша пшенная с творогом

1 ст. пшена, 1 ст. творога, 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки сахара, соль по вкусу

В кипящую подсоленную воду (2,5 стакана) всыпать перебранное и промытое пшено и варить до полуготовности. Добавить сливочное масло, сахар, творог, все перемешать и варить до готовности пшена. К каше хорошо подать молоко, простоквашу, кефир.

Каша селянская

3 ст. рассыпчатой гречневой каши, 300 г жареной печенки, 1 луковица, 50 г сливочного масла, 2 яйца, 280–300 г шпика, соль по вкусу.

Сварить рассыпчатую гречневую кашу, добавить в нее

сливочное масло, пропустить через мясорубку жареную печенку, поджаренный мелко нашинкованный лук, сваренные вкрутую мелко нарубленные яйца, все посолить и перемешать. В глубокую сковороду уложить отбитый шпик, на него выложить кашу, сверху прикрыть шпиком. Запечь в духовке до образования румяной корочки.

Каша овсяная

3 ст. готовой овсяной каши, печень, сердце, легкие (или другие субпродукты) — по 100 г каждого вида, 1 луковица, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Сердце и легкое отварить в подсоленной воде и пропустить через мясорубку. Печень обжарить с шинкованным луком и мелко нарубить. Все субпродукты смешать, обжарить и соединить с горячей кашей.

Ячневая каша с творогом

1/2 ст. ячневой крупы, 2 ст. творога, 3 яйца, 1 ст. сметаны, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Ячневую крупу залить водой (1–1,5 стакана) и варить до полуготовности. Затем добавить в кашу творог и массу хорошо перемешать. Добавить яйца, сметану, соль и еще раз хорошо перемешать. Смазать форму или сковороду сливочным маслом, уложить в нее подготовленную массу и запекать в духовке 30–35 мин. При подаче полить любым сладким соусом.

Пшенный каравай

4 ст. вязкой пшенной каши, 3 яйца, 50 г сливочного масла, 0,5 ст. толченых сухарей, соль по вкусу

Сварить на подсоленном молоке вязкую пшенную кашу, остудить ее. Отделить яичные желтки от белков. Желтки смешать с охлажденной кашей; белки хорошо взбить и также смешать с кашей. Масса должна быть однородной, без комков.

Круглую форму или сковороду смазать маслом, посыпать толчеными сухарями, выложить на нее ровным слоем кашу и поставить в хорошо разогретую духовку. Через 15–20 мин каравай готов.

Подавать со сметаной, вареньем.

Каравай можно выпекать и из других видов круп со всевозможными наполнителями (грибами, картофелем, рыбой, овощами и фруктами).

Каша «Дубинушка»

0,5 ст. риса, 0,5 ст. гречки, 0,5 ст. ячневой крупы, 0,5 ст. пшена, 1 ст. натертой на крупной терке тыквы, 2 луковицы, 3 морковки, 1 огурец, 5 помидоров, 3 перца (болгарского), 2 свеклы, 2 столовые ложки зелени петрушки, 6 ст. воды, 50 г сливочного масла, 0,5 ст. панировочных сухарей, соль по вкусу.

Все крупы тщательно перебрать и промыть. Лук, морковь, свеклу очистить от кожицы и вымыть. Морковь и свеклу натереть на терке с крупными отверстиями. Тыкву натереть, не срезая кожицы. Лук мелко нарубить. Огурец, помидоры, перец промыть и нарезать ломтиками.

На дно высокой, смазанной маслом и обсыпанной сливочными сухарями кастрюли уложить подготовленную свеклу, на нее — пшено, далее морковь, рис, затем помидоры и перец, на них — гречневую крупу, потом лук и ячневую крупу. Верхний слой выложить из тыквы. Принцип такой, что слой крупы накрывается слоем овощей.

Подготовленную смесь залить горячей подсоленной водой, поставить кастрюлю на огонь и после закипания воды проварить в течение 15–20 мин. Снять кастрюлю с огня, накрыть крышкой и поставить в разогретую духовку на 20 мин.

Кастрюлю с готовой кашей опрокинуть на блюдо. Должен получиться слоеный пирог. Кашу разрезать на порции.

Казалось бы, придумать новый рецепт каши просто немыслимо, ведь за тысячелетия существования этого блюда испробованы самые разные его варианты. Однако известного в нашей стране новатора в области кулинарии В.С. Михайлова это обстоятельство не смущает, и он изобретает все новые и новые виды каш. Этот рецепт — одна из наиболее удачных его новаций.

Крупеник

4 ст. рассыпчатой пшенной (или гречневой) каши, 2 ст. протертого творога, 2 яйца, 50 г сливочного масла, 0,5 ст. сметаны, молотые сухари, соль, сахар по вкусу.

В большой миске смешать рассыпчатую кашу, протертый творог, яйца, масло, соль, сахар. Массу выложить ровным слоем (толстым) в мелкий противень (или на сковороду), смазанный маслом и посыпанный сухарями. Сверху крупеник смазать сметаной. Выпекать в духовке до образования румяной корочки.

Гурьевская каша

Казалось бы, что может быть проще манной каши. Достаточно вскипятить молоко, посолить, посластить его, аккуратно засыпать манную крупу, и через несколько минут блюдо готово.

Фантазия же и мастерство русских кулинаров позволили превратить это прозаическое блюдо в подлинный шедевр, украшение любого праздничного стола.

Название каши связывают с именем министра финансов России графа Д. Гурьева, который будто бы изобрел ее в честь победы над Наполеоном.

Однако более достоверна такая история изобретения этого блюда. Все началось с того, что графа Гурьева пригласил отобедать к себе в имение отставной майор Оренбургского драгунского полка Юрисовский. После обильного обеда на десерт была подана очень красиво оформленная и прекрасная на вкус каша.

Попробовав это блюдо, граф настолько был удивлен и расчувствован, что велел позвать в столовую повара и, когда тот явился, расцеловал его. Такой вкусной каши министр не ел еще никогда, хотя слыл большим гурманом. Завязался торг, и вскоре граф купил крепостного повара и изобретателя каши Захара Кузьмина с семьей.

Кого только ни потчевал Д. Гурьев этой удивительной кашей, и всегда она вызывала у гостей неподдельное восхищение.

Постепенно эту кашу научились готовить во многих домах московской знати, а поваренные книги сделали ее известной далеко за пределами России, и везде она называлась кашей Гурьевской, имя же действительного ее изобретателя — повара Захара Кузьмина, как это часто случается, забылось.

Рецепт каши Захара Кузьмина

0,5 ст. манной крупы, 2 ст. молока, 0,5 ст. измельченных грецких орехов или цукатов, 2 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 яйца, соль, ванилин по вкусу..

***Для соуса:** 10 абрикосов, 2 столовые ложки сахара, 2–3 столовые ложки воды*

В кипящее молоко добавить соль и, постепенно тонкой струйкой всыпая манную крупу, постоянно помешивая, заварить вязкую кашу. Готовую кашу немного охладить. Добавить в кашу растертые с сахаром желтки яиц и взбитые в пену белки, а также обжаренные на сливочном масле ядра грецких орехов. Все осторожно перемешать. В смазанную маслом массивную (с толстым дном) сковороду выложить слой каши. Сверху на него положить очищенные от косточек абрикосы и накрыть их

молочными пенками, затем вновь уложить слой каши. Для приготовления пенок налить в широкую мелкую кастрюлю молоко или сливки и поставить кастрюлю в разогретую духовку. По мере образования пенок их необходимо периодически снимать.

Сверху кашу обсыпать сахарной пудрой и прижечь раскаленным металлическим прутом так, чтобы на поверхности образовались полосы. Поместить кашу в духовку и запечь до образования золотистой корочки. Готовое блюдо обсыпать орехами, украсить фруктами, цукатами и подать в той же посуде, в которой оно готовилось. Отдельно подать соус.

Соус готовят так: абрикосы без косточек измельчить, смешать с сахаром, добавить воду и варить до тех пор, пока фрукты не разварятся. Подавать соус можно и холодным, и горячим.

Эту кашу можно приготовить и другим способом, его рекомендует Е. Молоховец в книге «Подарок молодым хозяйкам». Согласно ее рекомендации кашу варят очень жидкой. На противне делают рант из теста и в него слоями укладывают кашу и сливки.

Пельмени

Когда появились пельмени в русской кухне — сказать трудно. Возможно, произошло это в те далекие годы, когда русские первопроходцы пришли в Приуралье. Здесь у местного населения и научились они готовить «хлебное ухо». Именно так в переводе на русский язык звучит коми-пермяцкое слово «пельмянь». Может, когда-то так и называли небольшие пирожки из пресного теста с начинкой. Со временем же блюдо становилось привычным для русских и, как это часто бывает, название его постепенно тоже обрусело.

Как бы там ни было, представить русскую кухню сегодня без пельменей невозможно.

Далеко не всякое кушанье может похвастать тем, что о нем сложены стихи. А вот пельменям посвящена целая стихотворная поэма под названием «Песни про пельмени». Выпустил ее в 1879 году в Нижнем Новгороде некий М.В. Блинов. Двадцать три строфы этого произведения на все лады расхваливают пельмени. При этом автор в предисловии уверял, что «предлагаемые отдельные стихотворения есть только материал для большего творения, которое автор имеет в виду в непродолжительном времени представить вниманию публики».

К сожалению, нам не удалось отыскать следующего издания этой необычной брошюры. Возможно, оно и не состоялось. Однако уже эти 23 строфы, на наш взгляд, являются своеобразным рекордом в области гастрономического стихосложения. Пожалуй, читатели нам не простят, если мы не приведем здесь хотя бы несколько строф из этого необычного «литературного памятника»:

I
Проснулся, наконец, мой гений:
На все минувшее взглянул,
И песни — полны вдохновений
Он про пельмени затянул…

VI
Ни к деньгам, ни к чинам
Нет у меня стремлений;
Хочу, чтоб чаще нам
Готовили пельмени…

VII
(Людмила говорит Черномору, когда попала к нему в плен)
Не нужно мне твоих шатров,
Ни скучных песен, ни пиров;
Не буду есть, ни слушать пений —
Пока не дашь ты мне — пельменей.

Заметка автора:

Когда нет в жизни утешений,
Так что же делать? Ешь пельмени.

XV
Дивлюсь я Пушкину — поэт
Оставил тьму стихотворений,
И ни в одном помину нет
Про наши вкусные пельмени.

XVI
Будь Пушкин я — мне не было бы мило
Петь про «Руслана и Людмилу», —
Но тысячи б оставил песнопений
Я про сибирские пельмени…

Конечно, «вдохновения» в этих стихах гораздо больше, чем поэзии, но похвально огромное желание автора увековечить свое любимое блюдо. Под стихотворением Блинов поставил подпись «сибиряк». И это не случайно, ведь пельмени — излюбленное кушанье жителей Сибири. В народе живет масса различных историй о неистовой любви сибиряков к пельменям. Так, согласно одной из них, два купца-сибиряка поспорили, кто из них больше съест пельменей. Ни один не хотел уступить в споре. Каково же было удивление свидетелей, когда победитель, съев последний пельмень, отвалился от стола и… умер.

Впрочем, та же участь постигла и побежденного.

Возможно, эта история не совсем правдива, но, безусловно, верно в ней то, что пельменей помалу не едят. Особенно, если речь идет о настоящих сибирских или уральских пельменях с разными начинками. Как и в прошлые времена «стряпают» их здесь всей семьей и в огромных количествах. Готовые пельмени

замораживают и хранят всю зиму, пока на дворе морозно. Собираясь на охоту, заготовку леса или в дальний путь, сибиряки обязательно брали с собой мешочек с пельменями. Они заменяли им нынешние консервы в жестяных банках. Пришло время обеда — достаточно натопить снега в котелке, в кипящую воду засыпать пельмени и через несколько минут сытная, вкусная еда готова.

Приготовить их несложно. Прежде всего нужно замесить пресное тесто.

Тесто для пельменей

Смешать воду с молоком и солью. Высыпать муку на стол горкой. Сделать в ней углубление в виде воронки и, постепенно добавляя к муке воду с молоком, замесить тесто. В конце добавить растительное масло.

Тесто очень тонко раскатать скалкой и рюмкой или специальной выемкой вырезать из него кружочки. Разделать тесто можно и другим способом: для этого тесто нужно разрезать на три равных куска и каждый из них скатать в длинный жгут толщиной в средний палец. Затем жгут разрезать на кусочки величиной с грецкий орех и раскатать каждый из них в очень тонкую круглую лепешку диаметром 4–5 см.

Формование пельменей и их варка

На каждую лепешку положить немного фарша и защипнуть края лепешки так, чтобы получился полумесяц. Готовые пельмени сложить на стол, посыпанный мукой. Если пельмени готовятся впрок, их нужно заморозить и хранить в морозилке. В большую (лучше алюминиевую) кастрюлю налить воды, подсолить ее и, когда она закипит, по одному быстро опустить в нее пельмени. Как только пельмени всплывут, их нужно вынуть из воды, сложить в миску и тут же подавать на стол.

Едят пельмени горячими. К ним подают сливочное масло, уксус, сметану, горчицу. Бульон, в котором варились пельмени, можно использовать как самостоятельное первое блюдо. Его разливают в чашки и кладут в них по 2–3 пельменя.

Вкусны также запеченные или поджаренные пельмени. Для этого нужно их на 2–3 мин опустить в кипящую воду, а затем, вынув из воды, обжарить на сковороде со сливочным маслом или запечь в духовке.

В русской кухне существует очень много разновидностей пельменей. Они отличаются друг от друга начинками и формой.

В качестве начинок используются мясо различных сортов

(говядина, свинина, медвежатина, оленина), рыба, овощи. Наиболее вкусными считаются пельмени с начинкой из разных сортов мяса.

Пельмени сибирские

300 г мякоти говядины, 300 г мякоти свинины, 1 луковица, 2–3 дольки чеснока, 2/3 ст. молока, соль, перец по вкусу.

Пропустить говядину, свинину, лук и чеснок через мясорубку, посолить, поперчить, добавить молоко и хорошо размешать фарш до пышности. Приготовить тесто и слепить пельмени.

Грибные пельмени

100 г сухих грибов, 400 г рыбного филе (осетрина, лосось, палтус), 2 луковицы, 1/2 ст. растительного масла, соль, перец по вкусу.

Грибы хорошо промыть, залить водой так, чтобы она покрывала их на 2 пальца, и варить до мягкости. Пропустить через мясорубку филе рыбы, грибы, лук, все хорошо перемешать и обжарить до готовности на сковороде с маслом. Далее готовить пельмени обычным способом.

Пельмени с капустой

300–350 г мякоти свинины, 200 г свежей капусты, 1/4 ст. воды, 1 луковица, соль, перец по вкусу.

Мякоть свинины и лук пропустить через мясорубку, добавить мелко нашинкованную капусту, соль, перец, воду и хорошо перемешать. Далее готовить пельмени обычным способом.

Пельмени дальневосточные

250 г мякоти свинины, 300 г рыбного филе (горбуша, кета), 2 луковицы, 1 яйцо,? ст. воды, соль, перец по вкусу.

Рыбу, свинину и лук дважды пропустить через мясорубку. Добавить яйцо, перец, соль, воду и хорошо перемешать. Далее готовить пельмени обычным способом.

В последнее время в связи со всеобщим стремлением иметь спортивную фигуру и боязнью переедания все большей популярностью пользуются так называемые малокалорийные пельмени. Тесто для них готовится традиционным способом, а начинка наполовину состоит из мяса, а наполовину— из

различных овощей. Прокрученные в мясорубке овощи хорошо соединяются с мясным фаршем и делают мясо более сочным. Для начинки можно использовать морковь, тыкву, репу, брюкву, капусту и др.

КОРОВА ВО ДВОРЕ — ЕДА НА СТОЛЕ

Стакан молока на нашем столе столь же привычен, как и ломоть хлеба. Эти внешне очень несхожие продукты объединяет то главенствующее значение, которое они занимают в питании человека. Испокон веку крестьянин стремился обеспечить свою семью сначала хлебом и молоком, а уж потом «чем бог пошлет». Отсюда и извечная мечта русского народа о «молочных реках», символе сытости и благополучия.

Первый молочный ручеек человек открыл для себя примерно 7–8 тыс. лет назад. Об этом свидетельствуют раскопки археологов, предания, легенды, сказки и мифы. Кстати, молоку в этом отношении очень повезло. Редкий народ не сложил о нем свою историю. Например, древние римляне считали, что Юпитер был вскормлен молоком божественной козы Амалфей и потому в качестве жертво-подношения приносили грозному богу именно молоко. При этом Юпитер был не единственным среди богов и богинь, которых древние греки и римляне «потчевали» молоком. Как правило, все эти божества покровительствовали плодородию, деторождению, пастухам, их стадам и т. д.

Издавна человек познал целительную силу молока Гиппократ, например, назначал молоко больным туберкулезом. Он считал также, что оно чрезвычайно полезно при нервных расстройствах. Аристотель считал наиболее ценным молоко кобылиц, затем ослиное, коровье и, наконец, козье.

Плиний же выделял коровье молоко. Однако он же утверждал, что для лечебных целей римляне использовали даже свиное молоко. Свиное мясо считалось в Риме самым лучшим, при этом в качестве деликатеса использовались молочные железы опоросной свиньи и ее детородные органы. Что же, как говорят, о

вкусах не спорят!

Активно врачевал различные болезни молоком и Авиценна. Особенно полезным он считал его для детей и людей «подвинутых в годах». По мнению Авиценны, наиболее ценным считается молоко тех животных, которые вынашивают плод примерно столько же времени, сколько и человек. В связи с этим наиболее подходящим для человека он называл коровье молоко.

Бесконечен перечень рецептов и советов лечения молоком, оставленных мыслителями прошлого. Многие из них и по сей день не утратили своего практического значения. И очень жаль, что современные врачи, пренебрегая наставлениями древних, а чаще просто не зная их, отдают предпочтение лечению искусственными лекарственными формами.

Ну, скажите, кому из нас современный терапевт назначал молоко для лечения болезней сердца или почек? А, между прочим, русский ученый С.П. Боткин для лечения именно этих болезней называл молоко «драгоценным средством». Целебные свойства молока высоко ценил и автор «русского способа» лечения кумысом больных туберкулезом Г.А. Захарьин.

«Всеми и всегда, — писал И.П. Павлов, — молоко считается самой легкой пищей и дается при слабых и больных желудках и при массе тяжелых общих заболеваний».

В конце XIX века петербургский врач Карелль применил молоко для лечения заболеваний желудка, кишечника, печени и других болезней. Причем, Карелль впервые для лечения использовал обезжиренное молоко, постепенно увеличивая дозу его от 3 до 12 стаканов в сутки, без добавления больному другой пищи. Молоко служило основной пищей для больного в течение нескольких дней. Такой метод лечения полностью оправдал себя и был одобрен С.П. Боткиным. Интересно, что метод лечения молоком не потерял своего значения до сих пор.

Почти повсеместно молоко активно использовалось и в народной косметике. Так, в Древнем Риме ослиное молоко считалось самым подходящим средством против морщин. Поппея, вторая (после Октавии) жена Нерона, принимала ванны из молока ослицы. Для этой цели во время путешествий ее сопровождало стадо из 500 ослиц. Смесь молока, размельченного мака и меда женщины древности пили на праздник в честь совершеннолетия мужчин.

Авиценна считал, что если молоком смазывать кожу, оно «сводит безобразные пятна на коже, а если его пить, очень улучшает цвет лица», особенно если пить с сахаром. Если творожную сыворотку втирать в кожу, то она сводит веснушки.

И все же во все времена молоко ценилось главным образом за

свои удивительные питательные свойства.

Потерять корову для крестьянской многодетной семьи было равносильно катастрофе. Поэтому ее всячески охраняли, холили. Крестьяне верили в разные приметы, связанные с коровой. При дойке коровы никто не присутствовал. Считалось, что лишний глаз при дойке портит корову. Чтобы дойная корова принесла телочку (а не бычка), хозяйка «ехала» доить ее в последний раз перед отелом верхом на сковороднике.

Во многих губерниях России 18 апреля на св. Василия, устраивался коровий праздник. В этот день корову особенно тщательно обхаживали, чистили ее и коровник, давали ей лучший чем в другие дни корм. Каждый член крестьянской семьи старался как-то выразить свою любовь к буренушке. Детишки давали ей кусочки хлеба с солью.

А вот 5 февраля, на Агафью, корову всячески охраняли, следили, чтобы она была хорошо заперта в коровнике, никому постороннему в этот день ее не показывали, боясь «сглазу». Дело в том, что в этот день «коровья смерть ходит».

Так бережно, с любовью относились наши предки к буренке-кормилице.

Кружка молока в русских крестьянских семьях всегда была кстати и в завтрак, и в обед, и в ужин. Кроме того, из молока делали масло, сливки и самые разные кисло-молочные продукты. Объем книги не позволяет нам рассказать обо всех традиционных для русского стола молочных продуктах, поэтому здесь мы расскажем только об основных, которые и сегодня широко применяются в приготовлении блюд.

Сливочное масло

Многие почему-то считают масло сравнительно нестарым продуктом. Между тем это далеко не так. В подтверждение этого А.И. Ивашура в книге «Молоко и жизнь» (1976 г.) пишет: «В V веке в Ирландии, а в IX веке в Италии и в России сливочное масло было уже широко известным продуктом питания. Норвежцы в VIII веке брали с собой в дальние плавания бочонки с коровьим маслом.

В договоре Древнего Новгорода с немцами (1270 г.) есть свидетельство о стоимости «горшка масла». «Акты исторические» указывают, что Печенежский монастырь, пользуясь отсутствием пошлин, скупал масло у крестьян и продавал его в Антверпен и Амстердам…

Издавна в России масло сбивали из сливок, сметаны и цельного молока. Наиболее распространено было приготовление масла путем перетапливания сметаны, сливок в русской печи. При этом отделялась маслянистая масса, которую остужали и сбивали деревянными мутовками, лопатками, ложками, а зачастую и руками. Готовое масло промывали в холодной воде.

Продукт этот обходился довольно дорого и поэтому повседневно употреблялся в пищу только зажиточными горожанами.

В связи с тем, что свежее масло не могло долго храниться, крестьяне перетапливали его в печи, промывали и вновь перетапливали. Перетапливанием масла достигается определенная цель: выделить из масла воду и нежирные составные части. При перетапливании масло разделяется на два слоя, причем верхний состоит из чистого жира, нижний содержит воду и нежирные составные части (пахтанье). Растопленный чистый жир сливается и охлаждается до кристаллизации.

Таким способом получали топленое масло многие восточно-славянские народы. Но Россия была одним из крупнейших его экспортеров на мировой рынок. Видимо, по этой причине за топленым маслом во всем мире закрепилось название «русского».

Лучшие сорта масла получали из свежих сливок, а так называемое кухонное масло — из сметаны или кислого снятого молока. Оно шло главным образом на нужды кухни.

Интересна история создания некогда очень популярного в России вологодского масла, которое заслуженно считается гордостью отечественного маслоделия. Его появление связано с именем знаменитого русского сыродела Н.В. Верещагина, брата великого художника-баталиста В.В. Верещагина. А было дело так:

будучи на одной из выставок в Париже, Н.В. Верещагин «уловил» очень приятный вкус и аромат выставленного там масла из Нормандии. Это масло так понравилось ему, что он там же, в Париже, решил создать такое же масло. При этом мастер использовал сливки, доведенные чуть ли не до кипения. И что удивительно. Масло русского сыродела оказалось вкуснее нормандского. Тонкий аромат свежевскипяченного молока и приятный, чуть заметный ореховый привкус не позволяют спутать это масло ни с каким другим.

Человек, не знающий истории маслоделия в России, напрасно будет искать сведения о вологодском масле в отечественной или зарубежной литературе, даже специальной. Сам Верещагин назвал это масло парижским сладким, а французы охотно его импортировавшие из России (и не только они), называли петербургским. Вологодским же оно стало называться не более 45–50 лет назад.

К большому сожалению, сегодня вологодское масло можно встретить на прилавках магазинов крайне редко. Однако если вам повезет и вы все же купите этот чудесный продукт, учтите, что хранится оно недолго и вологодским остается не более месяца. Спустя это время оно теряет специфический ореховый привкус.

Издавна в России производили и соленое масло. Сегодня многие пренебрежительно относятся к этому продукту. И напрасно. Кисло-сливочное масло с добавлением 1,2–1,5 % соли содержит не менее 81 % молочного жира и очень стойко при хранении.

Начало промышленного производства масла в России относится к первой половине XIX столетия, но развитие маслобойной промышленности шло очень бурно, и к концу XIX века количество маслодельных заводов достигло 700. Причем, русские научились делать хорошее масло, и большая часть производимого масла шла на экспорт. Особенно активно развивалось маслоделие в Сибири, чему способствовала, как отмечает А.И. Ивашура, построенная Транссибирская железнодорожная магистраль. Уже в 1900 году из Сибири было вывезено за границу 1 млн. 783 тыс. пудов масла. В 1913 году на производство масла было использовано 97,4 % молока, поступившего на молочные предприятия.

Сегодня наша промышленность выпускает самые различные виды коровьего масла: крестьянское, диетическое, бутербродное, масло с ароматическими наполнителями, медовое, чайное, десертное, домашнее, детское, ярославское и др. Жаль только, что узнать о них можно разве что из товароведного справочника.

Между тем, даже то масло, которое удается купить в

магазине, мы не всегда рационально используем. Желательно его употреблять в свежем виде, так как под действием высоких температур (140–160 °С) оно быстро теряет свои вкусовые и питательные качества. Так что жарить на сливочном масле нежелательно. Лучше для этой цели использовать животные кулинарные жиры. Кстати, наши предки хорошо это понимали. Вот что по этому поводу написано в книге «Новейший и совершенный русский повар и приспешник», выпущенной в 1811 году: «Масло коровье, козье и овечье составляет пищу очень сытную и здоровую, а особливо, когда сии скоты ходят на доброй пастве. Чем больше масла подвержено будет действию огня, тем учиняется менее здоровым, как равно и не столь питательным. Если же будет на огне долго, то становится остро, раздражающе, горячительно и противно пищеварению. Приключает кислоту, ветры, густые микробы, разстроение желудка, неохоту к пище и бессоницу. Особы нежного сложения, имеющие слабый желудок и подверженные ветрам, к клейким мокротам, колике, тошноте, худому пищеварению, желтухе, поносу и горьким отрыжкам, должны отдаляться от яств масляных, а особливо когда оные долго в масле жарены были». Что ж, совет дельный и полностью отвечает современным взглядам на рациональное питание.

Лучше всего сливочное масло добавлять в разные блюда после того, как их тепловая обработка закончена, т. е. непосредственно перед употреблением.

Заканчивая свой небольшой рассказ о коровьем масле, хотим напомнить, что несмотря на высокую пищевую и биологическую ценность этого продукта, нужно всегда помнить о чувстве меры при его употреблении.

Сметана

Народный способ приготовления этого исконно русского продукта довольно прост: молоко ставили скисаться на несколько дней. Образующуюся сверху сметану «сметали» в отдельную посуду. Кстати, отсюда и название этого продукта. А вот сливки — это то, что сливают с отстоявшегося, но свежего молока.

Сейчас сметану готовят из сливок, которые по требованию стандартов должны иметь 32 %-ную жирность. Такая жирность сливок предусматривается с учетом внесения в них 5 %-ной бактериальной закваски, приготовленной на обрате. В состав закваски входят чистые бактериальные культуры: молочнокислый и сливочный стрептококки, а также ароматообразующие бактерии. Сливки сначала нагревают до температуры 63–65 °С с выдержкой в течение 30 мин (или до 85 °С без выдержки), а затем охлаждают до температуры 22 °С в холодное время и до 18 °С — в теплое. Чтобы ускорить охлаждение сливок, их перемешивают. Затем в сливки вносят заранее приготовленную закваску и хорошо перемешивают. Заквашенные сливки выдерживают при температуре 5–6 °С в течение 1–2 суток. В первые сутки заквашенные сливки несколько раз энергично перемешивают. Консистенция созревшей сметаны становится густой за счет затвердения и кристаллизации жира и набухания белков.

Отечественная промышленность вырабатывает сметану разной жирности: 10, 15, 20, 25 и 30 %. Продукт этот имеет высокую пищевую и биологическую ценность, которая обусловлена значительным содержанием жира, белков, жирорастворимых витаминов, молочной кислоты. Особенно полезна сметана при переутомлении, снижении аппетита, недостатке витаминов.

Трудно переоценить значение сметаны в русской кулинарии. Ее используют для заправки самых разных блюд и закусок, тушения, жарки, запекания.

Если вы хотите зажарить курицу, гуся, либо поросенка в духовке так, чтобы образовалась ароматная хрустящая корочка, смажьте их сметаной. Всегда уместно добавить немного сметаны в горшок, где тушатся овощи, рыба или мясо. И блины, не блины если к ним не подать сметану. В общем это тот продукт, который как нельзя лучше отвечает вкусам и привычкам русских людей. Однако опять же хотим предупредить тех, кто питает особую слабость к сметане и готов за раз съедать ее по несколько стаканов. Продукт этот очень калорийный. В стакане сметаны 20 %-ной жирности содержится более 400 килокалорий, т. е.

примерно столько же, сколько в 200 граммах жирной баранины.

Творог

Довольно долгое время творог на Руси называли сыром, а блюда из него — сырными (вспомните знакомые сырники). Объяснения этому названию мы не встречали, но оно настолько прочно закрепилось за творогом, что оставалось таковым даже при появлении в России сычужных сыров.

Творог всегда был одним из самых почитаемых продуктов у славян. Его ели чуть ли не ежедневно.

Исходным сырьем для приготовления творога служила обычная простокваша, горшок с которой ставили на несколько часов в не очень жаркую печь. Затем горшок вынимали из печи и сливали его содержимое в полотняный конусообразный мешок. Сыворотку отцеживали, а мешок с творогом клали под пресс. Этот способ вряд-ли является откровением для современных хозяек, которые делают домашний творог точно так же. Разве что горшок уступил место кастрюле, а печь — газовой или электрической плите.

Однако, приготовленный таким образом творог, долго не мог храниться, а холодильника еще не было. В период же, когда удои коровы были хорошие и особенно в посты, творога у крестьян скапливалось довольно много. Чтобы он не пропадал, народ придумал довольно оригинальный способ его консервирования.

Готовый (из-под пресса) творог снова помещали на несколько часов в печь, а затем под пресс и так дважды. Когда он становился совершенно сухим, его плотно укладывали в глиняные горшки и заливали сверху топленым маслом. В погребе такой творог мог храниться месяцами, его можно было брать в дальнюю дорогу.

В прошлом веке славился своим творогом Ростовский уезд Ярославской губернии. Отсюда его возили в Москву. В Рязанской губернии лучшим считался творог из села Дединово.

Продавали творог фунтами. При этом, чем он был суше, тем дороже стоил.

Современная технология промышленного производства творога позволяет получать высококачественный белковый продукт. Основные его виды: жирный, полужирный, нежирный; мягкий диетический; диетический пресный нежирный, столовый, крестьянский. Кроме того, из творога вырабатывают всевозможные сырки, торты, кремы, пасты.

Творог — очень полезный продукт. По содержанию белка он не уступает баранине, свинине, курам, треске, осетрине, наваге и др. Прекрасно усваивается организмом и жир, содержащийся в твороге. Кроме того, творог способствует усвоению других

пищевых продуктов.

Незаменим творог в тех случаях, когда нужно ограничить или исключить в питании белки мяса, рыбы. Поэтому его рекомендуют людям, страдающим ожирением, подагрой, болезнями почек. Творог — весьма подходящая пища и при проведении разгрузочных дней. Делается это так: в один из дней недели принимают 500–600 г обезжиренного и обессоленного творога с добавлением 150 г меда. Всю эту творожную массу, естественно, съедают не сразу, а разделив на 5 частей.

Конечно же, творог лучше есть в свежем виде, но он имеет свойство быстро приедаться. Значительно расширяет рамки вкусовых качеств творога его кулинарная обработка. Готовят из него самые разнообразные блюда и кулинарные изделия. Он прекрасно сочетается со многими продуктами, его можно варить, запекать, использовать в качестве начинки в пирогах.

Кефир

Родиной кефира, бесспорно, нужно считать северный склон Кавказского хребта, где у разных племен он слывет под различными названиями: кяфир, кэпы, кхагу, чыппе и многие другие.

Среди кавказских народов существует много легенд о кефире, его происхождении и распространении. Одна из легенд гласит. В золотой век в знак своего благоговения вручил Аллах кефирные зерна (кефирные грибки или, как их еще называли, «пшено пророка») благочестивому старцу из племени карачаевцев и научил старца с помощью этих зерен приготовлять из молока напиток, употребление которого избавляет от болезней и сулит долголетнюю жизнь. При этом Аллах завещал зерна только честному и правдивому роду карачаевцев и запретил продавать или дарить их другим племенам, особенно иноверцам, так как от этого оставшиеся у карачаевцев зерна погибнут и кефир выродится.

Добыть кефирные грибки поэтому, даже горцам Северного Кавказа было чрезвычайно трудно. Единственной возможностью для соплеменника приобрести грибки была их… кража. Кавказцы считали грехом дарить зерна даже своим дочерям, выходившим замуж, и по принятому обычаю те должны были красть у родителей священные грибки. Система «кражи» грибков существовала долго и была разработана до мелочей. Обычно сосед крал грибки у соседа, конечно, с его ведома, а уж потом, после этой кражи проходил миролюбивый торг.

Надо сказать, что «запрет» Магомета на несколько веков задержал распространение кефирных грибков за пределы Северного Кавказа. Даже в конце XIX века стакан сухих хороших зерен в России стоил не менее 10–15 руб., а это по тем временам были немалые деньги.

В отношении проникновения кефира в Россию тоже имеется много разных версий и поэтических выдумок. По одной из них в 1908 году молочно-гастрономическая фирма московского молокозаводчика Бландова послала своего сотрудника в аул под Кисловодском для изучения производства кефира. Этим сотрудником была двадцатилетняя красавица Ирина Сахарова, которая перед поступлением на работу к Бландову закончила школу молочного хозяйства и хорошо разбиралась в молочном деле.

В окрестностях Кисловодска у Бландова было несколько сыроварен, которыми руководил управляющий Васильев. Вот к

нему-то и приехала Ирина. Вместе с Васильевым Ирина приступила к выполнению задания. Они решили добыть грибки у местного князя Бека-Мирзы Байчарова, одного из основных поставщиков молока на бландовские сыроварни. Князь и его сын, будучи очарованы красотой Ирины, обещали удовлетворить ее просьбу, но выполнить свое обещание не спешили.

Между тем Ирина и Васильев разъезжали по аулам, пытаясь получить грибки у горцев. Однажды уставшие они возвращались из одной такой поездки. В пути на них напали всадники в масках… Очнулась Ирина в незнакомой сакле. Через некоторое время к ней явился сын князя, молодой Бек-Мирза. Извинившись за обычай горцев красть невест, он предложил Ирине выйти за него замуж. Она категорически отказалась. Между тем управляющий Васильев оповестил полицию, и как раз во время объяснений молодого князя с Ириной в дверь застучали жандармы, которых привел Васильев.

Через некоторое время состоялся суд над Бек-Мирзой. Судья пытался помирить князя с Ириной, на что находчивая пленница заявила: «Я могу простить князя, но только при одном условии: пусть князь подарит мне 10 фунтов кефирных грибков». Князю ничего не оставалось делать, как согласиться. На следующее утро Бек-Мирза прислал Ирине кефирные грибки и вдобавок огромный букет цветов.

Получив грибки, смелая, находчивая девушка еще месяц после этого скрупулезно, по крупицам собирала рецепты изготовления кефира горцами. Кстати, древний способ изготовления горцами кефира заслуживает того, чтобы хотя бы кратко рассказать о нем.

Они заливали молоко в бурдюк, вносили туда закваску, завязывали бурдюк, выносили его к дороге напротив дома, и каждый из проходивших мимо по установившемуся обычаю пинал этот бурдюк. Солнечный свет создавал определенный температурный режим в бурдюке, а постоянное встряхивание бурдюка способствовало более активному перемешиванию молока с закваской и брожение молока проходило более интенсивно.

Позже горцы заменили бурдюки на глиняную посуду, в частности специальные глиняные кефирные кувшины. С санитарной точки зрения этот метод является более предпочтительным. Видимо, его-то и позаимствовала Ирина Сахарова.

Возвратившись в Москву, она приступила к изготовлению кефира, и вскоре первые бутылки этого чудесного напитка появились в Боткинской больнице.

Проведенные русскими врачами исследования подтвердили славу кефира, как одного из молочных целебных средств.

Одно время в печати появились сообщения, что кефир чуть ли не опасен для детей из-за высокого содержания в нем алкоголя. Диетологи считают эти предупреждения необоснованными. Кефир, особенно слабый, однодневный, является полезным для детского организма продуктом и отказываться от него в детском питании неразумно. Обладая всеми свойствами кисломолочных напитков, он раздражающе действует на вкусовые нервные окончания, улучшает аппетит, тонизирует деятельность сердечно-сосудистой и нервной систем, нормализует и улучшает работу почек и кишечника.

Сегодня отечественная промышленность производит разные виды кефира: жирный, нежирный, таллиннский, фруктовый, особый. Но приготовить этот великолепный продукт можно и дома.

Для этого необходимо взять охлажденное до комнатной температуры (20 ˚С) пастеризованное или кипяченое молоко, разлить его по стаканам или чашкам объемом в 200 г, добавить в каждую чашку (стакан) по две чайные ложки кефира, купленного в магазине. Подготовленное таким образом молоко надо поставить в теплое место и выдержать в зависимости от того, какой кефир вы хотите получить: суточный, двух или трехдневный. В последующие дни для закваски нового кефира можно использовать уже полученный вами кефир. Однако через 7-10 дней эту «закваску» надо менять, так как грибки стареют. Поэтому через 7-10 дней в качестве закваски опять надо использовать кефир, купленный в магазине.

Приготовленный таким способом кефир не подлежит хранению. Вообще же любой кефир хранить более трех суток не желательно, так как после этого срока он приобретает сильный, кислый, даже «царапающий» вкус. От употребления такого кефира в натуральном виде следует отказаться. Его можно использовать или в качестве разрыхлителя в тесто, или для изготовления домашнего творога, благо кулинария знает много блюд, где составным компонентом является кефир.

Кумыс

Как и кефир, кумыс, конечно же, не является русским изобретением. Более того, в отличие от кефира он так и не прижился в нашем рационе. И все же не сказать о кумысе мы не можем, так как знакомы с этим замечательным напитком русские люди довольно давно. Одно из первых упоминаний в славянских источниках о кумысе находим в Ипатьевской летописи. В 1182 году летописец поведал, что князю Игорю Северскому удалось бежать от половецкого плена, воспользовавшись тем, что стражники опьянели от выпитого кумыса. Здесь и в более поздних источниках кумыс называется «млечным вином».

Правомерно задать вопрос. Почему же славяне, проживая рядом с народами, обильно употреблявшими кумыс, не только не приняли его, но во все времена относились к этому напитку прохладно. Объясняется это рядом причин. Прежде всего в силу религиозных предрассудков. Кумыс употребляли племена и народы, которые в понимании славян (особенно после того, как славяне приняли христианство) считались «нечистыми», «басурманами». Христианская же религия считала большим грехом перенимать обычаи и нравы инакомыслящих.

Кроме того, вероятно, сказалось и татаро-монгольское иго, ненависть русских ко всему, что с ним связано.

Немаловажную роль в невнимании к кумысу играло и то, что славяне могли противопоставить «млечному вину» свои хмельные напитки — мед и квас. Оседлый образ жизни славян позволял им готовить и хранить многие молочные продукты. Кумыс же для кочевников был, если хотите, вынужденным продуктом, так как только в таком виде они могли сохранять молоко и именно кобылье.

Первое упоминание о кумысе встречается у древнегреческого историка и путешественника Геродота, жившего еще в V веке до н. э. Он сообщал, что излюбленным напитком скифов-кочевников было кобылье молоко, приготовленное впрок по особому методу. Как писал Геродот: скифы сбивают кобылье молоко в деревянных чанах, а затем сливают верхние слои, которые считают лучшей частью, в отдельные кадки. Кочевники тщательно охраняли секрет изготовления кумыса. Тех, кто разглашал эту тайну, ослепляли. Многие историки полагают, что кумыс пошел именно от скифов.

Упоминает о кумысе и Марко Поло, живший в 1254–1323 годах, называя его любимым напитком татар и сравнивая его с белым вином. Но к этому времени о кумысе упоминали уже

многие источники. Более того, за несколько десятков лет до сообщения Марко Поло в Европе появилось первое подробное описание приготовления кумыса, его вкуса и влияния на человеческий организм, сделанное французом Вильгельмом Рубрикасом, совершившим в 1253 году путешествие к степнякам-кочевникам.

Кумыс называют напитком долголетия и здоровья. Он издавна известен народной медицине как лечебное средство при истощающих хронических болезнях. В экстремальных условиях казахи иногда питались одним кумысом, обходясь без всякой другой пищи. Так, участвовавший в 1842 году в экспедиции по казахским степям штаб-лекарь А. Ягмин писал, что 600 казахов, конвоировавших Бухарскую миссию Перовского, гнали с собой табун дойных кобыл, не взяв в дорогу ничего съестного.

Хорошо знакомый с бытом кочевников С.Т. Аксаков так пишет об оздоровительном значении кумыса: «Весной, как только черноземная степь покроется свежею, ароматною, сочной растительностью, а кобылки, отощавшие за зиму, нагуляют жир, во всех кошах начинается приготовление кумыса, и все, кто может пить — от грудного младенца до дряхлого старика — пьет до пьяна целительный, благодатный напиток, и дивно исчезают все недуги голодной зимы и даже старости, полнотой одеваются осунувшиеся лица, румянцем покрываются бледные впалые щеки…» В 1781 году мать писателя по предписанию уфимских врачей лечилась кумысом от туберкулеза.

Лечился кумысом в самарских степях и Л.Н. Толстой. Как вспоминает его сын С.Л. Толстой: «Кумыс всегда приносил ему большую пользу».

О целительных свойствах кумыса писал и А.П. Чехов в 1901 году, находясь на кумысолечении в Андреевском санатории: «Пью кумыс и в одну неделю, можете себе представить, увеличился на 8 фунтов». Спустя пять дней в другом письме: «Прибавился на 11 фунтов, кумыса пью по 4 бутылки в день».

Кстати, первая кумысолечебница в России была открыта Н.В. Постниковым в 1858 году. Позднее этот подвижник кумысолечения издал в Самаре книги «Кумысолечебеное заведение близ г. Самары» и «О кумысе, его свойствах и действии на человеческий организм».

По желанию императрицы в 1868 году московский купец В.С. Марецкий устроил первое кумысолечебное заведение близ Москвы (в нынешних Сокольниках). Готовили же кумыс для этой лечебницы в Останкино.

Курс лечения кумысом в Московской кумысолечебнице длился обычно 45 дней. В год открытия заведения курс лечения

прошли 163 больных, ими было выпито 14 389 бутылок, а в 1869 году соответственно 382 больных и 31 354 бутылки. Всего за 4 года работы лечебницы (1868–1872 гг.) в ней лечилось 908 больных, выпивших 81 433 бутылки кумыса.

Лечебные свойства кумыса высоко ценили наши выдающиеся ученые-медики: С.П. Боткин, Г.А. Захарин, Н.В. Склифосовский и др. С.П. Боткин называл кумыс «прекрасным средством». Он считал, что приготовление этого напитка должно стать общим достоянием, как приготовление творога, простокваши и др. Вот бы нам сегодня прислушаться к советам великого русского ученого. Н.В. Склифосовский считал кумыс могущественным средством не только при грудных болезнях, он приносит огромную пользу при расстройстве питания после хронической болезни в сочетании с анемией.

Еще в первой половине XIX века русский врач В.И. Даль подметил антицинготное действие кумыса. Это было за 80 лет до открытия витаминов и за 100 лет до обнаружения витамина С в кобыльем молоке.

Готовили кумыс в прежние времена в деревянных кадках из липы или дуба. Процесс приготовления заключался в следующем: вначале готовили закваску — бродило, которую замешивали с кобыльим молоком и давали настояться. Бродилом для получения первого кумыса у башкир служит кислое коровье молоко. Иногда в качестве закваски использовали разваренное до консистенции каши пшено с постоявшим кобыльим молоком или пшено с солодом (рецепт Н.В. Постникова).

Ну, а когда первый кумыс приготовлен, то следующим бродилом служит крепкий кумыс. Кстати, еще в прошлом веке было установлено, что микроорганизмы кумыса образуют зерна, которые можно промывать, высушивать и сохранять. Закваска из таких зерен — наилучшая. Это — чистые культуры бактерий.

Сегодня наша промышленность выпускает кумыс из кобыльего и коровьего молока сквашиванием его чистыми культурами ацидофильной и болгарской палочек с добавлением дрожжей.

По времени созревания с момента заквашивания кумыс подразделяют на слабый (одни сутки), средний (двое суток) и крепкий (трое суток). Доля спирта в них составляет соответственно 1; 1,5 и 3 %.

К сожалению, производство кумыса в городах Центральной России является скорее исключением, чем правилом. Бутылки с кумысом появляются в наших магазинах не чаще, чем кокосовые орехи. Обидно и досадно, что в наш просвещенный век большая часть населения и понятия не имеет о кумысолечении, а

ответственные за здоровье народа мужи вроде как бы и забыли об этом целительном напитке.

Сыр

О происхождении сыра существует довольно много легенд. Согласно одной из них аравийский купец Канан ранним утром отправился в далекий путь по безлюдной местности. С собой купец взял обычную еду аравийца — финики, а также молоко, которое налили в традиционный для кочевников сосуд — высушенный овечий желудок. В пути купец подкреплялся лишь финиками. Когда стемнело, Канан остановился на ночлег и перед сном решил попить молока. Но… вместо молока из овечьего желудка потекла водянистая жидкость (сыворотка), а внутри сосуда оказался белый сгусток. Разочаровавшись, Канан все же съел кусочек этого сгустка и был удивлен приятным вкусом нового продукта. Так появился на свет сыр, а случилось это более четырех тысяч лет назад.

Будучи человеком простым и бесхитростным, купец делился секретом изготовления нового продукта со своими соседями и вскоре способ изготовления сыра стал известен многим кочевым племенам. Из Аравии сыр попал затем в Европу. Во всяком случае, рецепт его изготовления довольно рано стал появляться в поваренных книгах.

Бытующее порой мнение будто сыр на Руси появился чуть ли не в XIX веке, по меньшей мере наивно и безграмотно.

Было бы ошибкой думать, что славяне, имевшие еще в первом тысячелетии обширные контакты с греками, где сыр тогда был во всеобщем употреблении, не обратили на него внимания и не заинтересовались секретом его приготовления. Да и сами наши предки, с давних времен умевшие делать прекрасный творог, могли без посторонней «подсказки» постигнуть простейшую технологию производства сыра.

Видный славянист Л. Нидерле в связи с этим пишет: «Необходимо также признать, что славяне знали и широко употребляли в пищу и молоко (млеко), сладкое и кислое, свернувшееся, т. е. творог и сыр, о чем независимо от их происхождения, свидетельствует древний и общеславянский характер этих слов, а также несколько прямых, относящихся к X-XII векам известий о западных, северных и восточных славянских землях». Из этих сведений видно, что славяне выплачивали Германской империи еще в то время дань сыром, «где сыр (а не творог) является обычной пищей». Более того, еще в дохристианский период славяне-язычники с соблюдением соответствующих обрядов приносили сыр в жертву идолам и наряду с молоком ели на домашних празднествах.

Какие это были сыры, сказать сегодня трудно. Однако совершенно ясно, что сыр наряду с творогом и прочими молочными продуктами известен славянам очень давно. Другое дело, что он не пользовался у них большой популярностью особенно это относится к восточным и северным славянам. Даже в наше время многие не считают сыр основным продуктом питания. Безусловно, все это не способствовало развитию массового сыроделия на Руси.

Будучи в Голландии, Петр I по достоинству оценил голландские сыры и, чтобы наладить их производство у себя, привез в Россию иностранных мастеров-сыроделов. Однако первый сыродельный завод в России был создан только в 1795 году в Тверской губернии в имении князя Мещерского. Вел дело на заводе иностранный мастер. Маломощные сыроварни появились и еще кое-где, но вскоре зачахли.

Поэтому действительным началом промышленного сыроварения в России принято считать 1866 год, когда по настоянию уже упомянутого нами Н.В. Верещагина, императорское Вольное экономическое общество открыло первую сыроварню в селе Отроковичи Тверской губернии.

Интересна биография первого сыровара России Н.В. Верещагина.

Брат талантливого художника-баталиста, он был блестящим морским офицером и, не оставляя морской службы, окончил естественный факультет Петербургского университета. Затем вышел в отставку и занялся сельским хозяйством. В течение 8 месяцев работал на сыроварне и учился сыроварению под руководством мастера, за что заплатил ему огромную по тем временам сумму —800 руб. Полученных у мастера знаний посчитал недостаточными и решил продолжить свое образование сыродела за границей. На одолженные деньги он направился в Швейцарию изучать сыроделие и, как показывают дальнейшие его действия, преуспел в этом.

Вернувшись в Россию, Н.В. Верещагин организовал крестьянскую артель по выработке сыра. Не ограничиваясь этим, он стал готовить русских мастеров-сыроваров и занялся широкой пропагандой этого промысла в России, в частности путем издания брошюр по сыроделию. В одной из них он пишет: «Если один удой в день от 120 коров (такое количество коров было в средней деревне — авт.) сносить всем бабам в одно место, то нальют большой котел молока и можно варить сыр, делать при этом дорогое масло, так что на каждое печатное ведро молока от продажи сыра и масла останется за всеми расходами по 30 копеек серебром».

Такая доступная и понятная народу пропаганда выгод сыроварения, открытие школ молочного хозяйства, поощрение сыроваров со стороны государства способствовали быстрому развитию массового производства сыра в России. Постепенно фабричный сыр проник во все слои населения страны. А к концу XIX века продукция русских сыроваров шагнула за пределы России.

В настоящее время все лучшие сыры получают с помощью сычужного фермента (химозина), вырабатываемого фабричным путем из сычужной части желудка телят-молочников. Учитывая огромный объем сыроварения во всем мире, можно представить, какое количество химозина для этого необходимо иметь. Сейчас сложилось такое положение, при котором во всем мире испытывается острый дефицит сычужного фермента. Вот почему во многих странах ведутся работы по поискам заменителя химозина и кое-где успешно. В частности, как сообщает А.И. Иващура, сотрудники Ботанического сада АН СССР установили, что из 79 видов исследованных ими грибов 46 содержат ферменты, створаживающие молоко. Среди них имеются и достаточно активные, образующие сгусток всего за 30–50 мин.

Сычужным (свертывающим) эффектом обладают, например, семена дикого шафрана, молочный сорт фигового дерева, всем известный винный уксус.

В нашей стране в настоящее время вырабатывается до 100 наименований сыров. Условно их можно разделить на натуральные сычужные, вырабатываемые из молока, и переработанные, которые делают из натуральных сыров с добавлением других компонентов.

Сыры очень полезны, так как являются концентрированными белковыми продуктами, богаты жирами, фосфорно-кальциевыми минеральными солями (особенно полезными детям), витаминами.

Энергетическая ценность сыров превосходит по калорийности говядину.

В кулинарии сыр используется как питательная добавка к блюдам из мяса, овощей, макаронных изделий.

Блюда из молочных продуктов

Бутерброд с сыром, морковью и тмином

2 ломтика ржаного хлеба, 20 г твердого сыра, 1 морковь, 30 г сливочного масла, тмин на кончике ножа.

Очищенную и вымытую морковь, сыр натереть на мелкой терке, смешать со сливочным маслом, добавить тмин. Тщательно перемешанной массой намазать ломтики хлеба.

Бутерброд с творогом и яблоками

2 ломтика ржаного хлеба, 20 г творога, 20 г сливочного масла, 1 яблоко, корица измельченная на кончике ножа.

Яблоко очистить и натереть на мелкой терке. Творог протереть сквозь сито. Подготовленные яблоко и творог смешать со сливочным маслом, добавить корицу. Массу тщательно перемешать, затем нанести ее на ломтики хлеба.

Бутерброд с творогом, помидорами и тмином

2 ломтика пшеничного хлеба, 50 г творога, 1 помидор, тмин на кончике ножа.

Творог с помидорами пропустить через мясорубку, добавить тмин. Массу тщательно перемешать. Полученной массой намазать хлеб.

Бутерброд с творогом, свеклой и ванилином

2 ломтика пшеничного хлеба, 30 г творога, 1 свекла небольшого размера, ванилин на кончике ножа.

Творог протереть сквозь сито. Свеклу очистить, вымыть и натереть на мелкой терке. Творог, свеклу смешать, добавить ванилин. Полученную массу нанести на ломтики хлеба.

Бутерброд с плавленым сыром и листьями свеклы

2 ломтика ржаного хлеба, 50 г плавленного сыра, 3 листа свеклы, молотый перец на кончике ножа

Листья свеклы тщательно вымыть и с плавленным сыром пропустить через мясорубку. В полученную массу добавить черный молотый перец и все тщательно перемешать. Массу

нанести на ломтики хлеба.

Бутерброд с плавленым сыром, морковью и апельсином

2 ломтика пшеничного хлеба, 40 г плавленного сыра, 1 морковь небольшого размера, 1 апельсин небольшого размера.

Морковь очистить, вымыть и натереть на мелкой терке. Апельсин вымыть и нарезать кружочками. Плавленый сыр протереть сквозь сито и смешать с морковью. На ломтик хлеба положить апельсин, на него нанести смесь плавленого сыра с морковью.

Бутерброд с брынзой и огуречной травой

2 ломтика ржаного хлеба, 50 г брынзы, 2 столовые ложки рубленой огуречной травы, 1 столовая ложка растительного масла.

Брынзу натереть на мелкой терке, добавить рубленую огуречную траву, растительное масло. Массу тщательно перемешать. Подготовленную массу нанести на ломтики хлеба.

Бутерброд с творогом и редисом

4 ломтика хлеба (пшеничного или ржаного по вкусу), 20 г сливочного масла, 100 г жирного творога, 8-10 редисок, зелень петрушки или укропа, соль, сахар и перец по вкусу.

Редиску мелко изрубить или натереть на крупной терке, смешать с протертым творогом, уложить полученную массу на ломтики хлеба, смазанные маслом, по вкусу посыпать солью, сахаром или перцем. Сверху на бутерброд положить веточку петрушки или укропа.

Бутерброд с сыром, яблоком и петрушкой

2 ломтика пшеничного хлеба, 20 г твердого сыра, 20 г сливочного масла, 1 яблоко, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки.

Очищенное яблоко и сыр натереть на терке, смешать с рубленой зеленью петрушки и сливочным маслом. Этой массой намазать ломтики хлеба.

Бутерброд с брынзой, яйцом и майонезом

2 ломтика ржаного хлеба, 30 г брынзы, 1 яйцо, 1 столовая ложка майонеза, веточка петрушки.

Брынзу натереть на мелкой терке, смешать с отварным желтком яйца, добавить майонез и все тщательно перемешать.

На ломтики хлеба нанести массу, сверху посыпать рубленым белком вареного яйца и сверху украсить веточкой петрушки.

Паста с солеными огурцами

80 г натертого сыра, 50 г сливочного масла, 2 соленых огурца, 2 дольки чеснока, рубленая зелень петрушки.

Соленые огурцы, очищенные от кожицы и семян, и чеснок мелко нарубить, соединить с остальными продуктами и массу взбить.

Паста со свежими огурцами

50 г сливочного масла, 80 г натертого сыра, 3 свежих огурца, 1 чайная ложка рубленой зелени укропа, 1 столовая ложка майонеза, перец, соль.

Натертые на крупной терке огурцы смешать с другими продуктами, взбить массу, а затем украсить веточкой укропа.

Паста со свеклой

50 г натертого сыра, 100 г творога, 1 свекла, 1 чайная ложка лимонного сока, перец.

К натертой на мелкой терке сырой свекле добавить лимонный сок, чтобы лучше сохранилась окраска. Свеклу смешать с остальными продуктами и массу взбить.

Паста со свежими помидорами

50 г пастеризованного творога, 100 г брынзы, тмин (на кончике ножа), 1 столовая ложка рубленой зелени укропа, 2 дольки чеснока, помидоры.

Смешать протертые творог, брынзу, тмин, рубленый чеснок, все взбить и покрыть помидоры, посыпать рубленой зеленью укропа.

Паста со сладким перцем

80 г тертого сыра, 50 г сливочного масла, 4 перца, 1 чайная

ложка рубленой зелени укропа.

Мелко нарубленный перец смешать с остальными продуктами и взбить.

Паста с красным сладким перцем и зеленым горошком

100 г пастеризованного творога, 3 перца красного стручкового, 3 столовых ложки консервированного зеленого горошка, 50 г брынзы, 2 столовых ложки майонеза, 2 столовых ложки рубленой зелени укропа.

Творог смешать с консервированным зеленым горошком, брынзой и протереть, в смесь добавить мелкорубленый красный стручковый перец, рубленую зелень, майонез и взбить.

Паста с тыквой и яичными желтками

50 г размягченного сливочного масла, 4 яйца, 3 столовых ложки натертой на мелкой терке сырой тыквы, 1 столовая ложка рубленой зелени укропа, соль, перец.

Яйца сварить вкрутую, желтки размять, смешать со сливочным маслом, натертой на терке тыквой, солью, перцем, взбить. Массу посыпать рубленым яичным белком и зеленью укропа.

Паста с гречневой кашей, творогом и тыквой

100 г пастеризованного творога, 50 г брынзы, 3 столовых ложки гречневой каши, 1 ст. воды, 2 столовых ложки меда, 200 г тыквы, 2 столовых ложки изюма.

Сварить на воде вязкую гречневую кашу. Тыкву натереть на мелкой терке, смешать с протертыми гречневой кашей, творогом, брынзой, добавить мед, изюм, все хорошо перемешать.

Паста с кабачками

80 г твердого сыра, 50 г творога, 3 столовых ложки натертых на мелкой терке сырых кабачков, 2 дольки чеснока, 1 столовая ложка рубленой зелени укропа, перец.

Продукты протереть, смешать, массу взбить.

Паста с морковью

80 г тертого сыра, 100 г творога, 1 морковь, 1 столовая ложка изюма.

Творог смешать с тертым сыром, натертой на терке морковью, изюмом, массу взбить.

Паста с морковью и сыром

50 г сливочного масла, 80 г тертого сыра, 1 морковка, перец.

Морковь натереть на мелкой терке, смешать со сливочным маслом, перцем, сыром, массу взбить.

Суп молочный с пшеном и морковью

5 столовых ложек пшена, 3 моркови, 0,5 л молока, 0,5 л воды, 4 столовых ложки сливочного масла, соль.

Пшено тщательно промытое, натертую на крупной терке морковь залить водой, довести до кипения, варить 3–5 минут, добавить молоко, соль, довести до кипения и настаивать 8-10 минут без нагревания. При подаче заправить сливочным маслом.

Суп молочный с морковью и творогом

3 моркови, 100 г творога, 2 столовые ложки изюма, 0,5 л молока, 0,5 воды, соль, 3 столовые ложки сметаны.

Морковь, натертую на крупной терке, перебранный и промытый изюм залить водой, довести до кипения, варить 1–2 минуты, охладить. Добавить творог, пастеризованное молоко, сметану. Подают в холодном виде.

Суп молочный с цветной капустой

1 кочан цветной капусты с листьями, 1 луковица, 1 перец сладкий стручковый, 2 картофелины, 1 морковь, 1 л молока, 1 л воды, соль, 1 столовая ложка майонеза.

Очищенный картофель нарезать кубиками, морковь натереть на крупной терке, соцветие и листья цветной капусты мелко нарубить, перец порезать соломкой. Овощи залить водой, довести до кипения, варить 5–6 мин. Добавить молоко, соль, довести до кипения, снять с огня и настаивать 8-10 мин без нагревания. При подаче заправить майонезом.

Суп молочный с крупами и овощами

4 ст. молока, 0,5 ст. натертой на терке тыквы, 1 луковица, 1 свекла с листьями, 2 столовые ложки кукурузной крупы, 2 столовые ложки рубленых листьев крапивы, соль.

Тыкву натереть на терке вместе с кожицей, луковицу нарубить, свежую крапиву тщательно промыть и порубить. Свеклу отделить от листьев, последние тщательно промыть и нарезать, а стебли порубить. Свеклу очистить и натереть на крупной терке.

В кастрюлю положить подготовленные овощи слоями: слой свеклы, тыквы, затем — крапивы, лука. Сверху посыпать кукурузной крупой и осторожно (по краю кастрюли) заливать горячую подсоленную воду до тех пор, пока слой крупы полностью не закроется. Довести до кипения без перемешивания и настоять 10–15 мин без нагревания. Когда крупа превратится в плотную корочку, на нее налить холодное молоко и поставить кастрюлю на огонь. Быстро довести до кипения без перемешивания и сразу подать к столу.

Суп молочный с клецками овощными

4 ст. молока, 1 морковь, 1 свекла, 2 столовые ложки манной крупы, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки кукурузной крупы, 2 столовые ложки рубленой зелени, 1 столовая ложка рубленых листьев малины.

Очистить свеклу, морковь. Листья малины, зелень петрушки, укропа, сельдерея пропустить через мясорубку, добавить манную крупу, муку, кукурузную крупу. Массу перемешать и добавить воды до получения теста. Оббить об доску или миску до тех пор, пока масса не будет прилипать к рукам и доске.

В овощной отвар или кипящую соленую воду положить клецки небольшого размера (можно использовать чайную ложку), варить 2–3 мин. Когда клецки всплывут, их шумовкой вынуть на блюдо, а в отвар добавить молоко и этой смесью залить клецки. По желанию добавить сметану, сливочное и растительное масло.

Суп молочный морковный

1 ст. молока, 2 ст. воды, 1 морковь, 1 свекла, 0,5 ст. рубленых свежих листьев малины или смородины, 0,5 ст. капусты рубленой белокочанной, соль.

Листья малины или смородины тщательно промыть и мелко порубить (зимой используют сухие листья), очищенные овощи натереть на крупной терке, а капусту нарезать соломкой. Листья смешать с подготовленными овощами, залить крутым кипятком, довести до кипения, сразу снять с огня и настоять в закрытой

крышкой посуде 5–7 мин. После этого налить пастеризованное молоко и разлить в тарелки суп. Подавать такой суп можно и в холодном, и в горячем виде.

Суп молочный с листьями цветной капусты

2 ст. молока, 4 ст. воды, 1 морковь, 3 листа цветной капусты, 3 столовые ложки маргарина, 2 столовые ложки рисовой крупы, соль.

Листья цветной капусты промыть и мелко порубить. Морковь натереть на крупной терке. Рис промыть.

На дно кастрюли уложить листья цветной капусты, морковь, а на овощи — рис и залить горячей соленой водой. Довести до кипения и настоять 10–15 мин без нагревания при закрытой крышке. Снова довести до кипения и заправить суп маргарином.

Суп молочный с морковью и рисом

2 ст. молока, 6 ст. воды, 2 моркови с листьями, 3 столовые ложки маргарина, 2 столовые ложки риса, 2 столовые ложки перловой крупы, соль.

Морковь отделить от листьев, листья промыть, мелко порубить. Морковь тщательно промыть и нарезать соломкой. Листья моркови смешать с маргарином.

Рис, перловую крупу перебрать, промыть, смешать и замочить на 30–40 мин в холодной воде. Поставить варить крупы, не сливая воды, довести до кипения, добавить морковь, листья моркови с маргарином. Снова довести до кипения и настоять при закрытой крышке без нагревания 20–30 мин.

Осторожно, без перемешивания долить молоко, довести до кипения и перемешать.

Суп молочный с пшеном и морковью

2 ст. молока, 4 ст. воды, 1 ст. пшена, 2 моркови, соль.

Замочить пшенную крупу, проварить в соленой воде 5–6 мин, настоять при закрытой крышке 20–30 мин, влить молоко, добавить нарезанную соломкой морковь и снова довести до кипения. Затем оставить для настаивания при закрытой крышке без нагревания на 15–20 мин.

Подавать суп горячим.

Тыква, запеченная с сыром

0,5 кг тыквы, 100 г тертого сыра, 50 г сливочного масла, 2 картофелины средней величины, 2 яйца, 1 столовая ложка сахара, соль и перец по вкусу.

Тыкву и картофель очистить, вымыть, нарезать кусочками, уложить в кастрюлю, залить водой, добавить сахар и сварить. Затем слить воду, а тыкву и картофель протереть через сито. В полученное пюре добавить половину масла, яйца, тертый сыр, соль и перец, а затем все хорошо перемешать. Смазать маслом сковородку, посыпать сухарями и уложить на нее полученную массу, разровняв ее, и положить сверху немного масла. Запекать в духовке или печи при умеренном жаре.

Слитый отвар можно использовать в качестве бульона или напитка.

Творожно-овощная масса

200 г не жирного творога, 2 зубчика чеснока, 1 морковь, 1 яблоко, 1 репа средней величины, 0,5 ст. молока

Очищенные овощи натереть на крупной терке, чеснок изрубить. Яблоки очистить от семенной коробки, нарезать соломкой. Творог смешать с подготовленными овощами и яблоками и подать к столу, добавив молоко. При желании молоко можно заменить кефиром, простоквашей, разбавленными сливками и другими жидкими молочными продуктами, в частности можно использовать молочную сыворотку, пахту (обезжиренное молоко). Ассортимент овощей может быть самым широким. В сезон в эту массу можно добавлять зелень, коренья, некоторые съедобные травы.

Такой метод позволяет разнообразить ассортимент творожных изделий. Сахар можно не добавлять, так как овощи содержат достаточное количество углеводов.

Творог, сметана, майонез, разбавленные в равных количествах с молочной сывороткой, пахтой, кефиром или простоквашей до консистенции средней густоты сметаны — прекрасная заправка для салатов, супов, вторых блюд. В этом смысле ее можно назвать универсальной приправой.

Рисовая молочная каша

На 1 ст. риса — 4 ст. молока, 1 столовая ложка сахара, 1/2 чайной ложки соли.

Рис промыть и засыпать в кипящую воду. Варить 5–8 мин, после чего выложить на дуршлаг или решето. Как только с риса стечет вода, переложить его в кастрюлю с подсоленным горячим

молоком и, помешивая, варить на слабом огне 15 мин; затем положить сахар, размешать, закрыть крышкой и поставить для упревания на 10–15 мин на водяную баню. При подаче на стол положить сливочное масло.

Овоще-крупяная смесь с молоком

0,5 ст. риса, 0,5 ст. пшена, 0,5 ст. ячневой или кукурузной, или пшеничной крупы, 3 ст. воды, 3 моркови, 2 свеклы, 2 репы, 3 ст. молока, соль, 2 столовые ложки сливочного масла.

Овощи очистить и натереть на крупной терке. Пшено и рис перебрать и тщательно промыть. На дно кастрюли уложить слой свеклы, на нее равномерным слоем пшено, затем слой репы, на нее слой риса, затем слой моркови, а на нее слой ячневой крупы. Подготовленные продукты осторожно (чтобы не размыть слой) залить горячей соленой водой и довести до кипения (без перемешивания). Варить 5–6 мин. Затем осторожно влить холодное молоко, так, чтобы оно было верхним слоем и быстро довести до кипения (без перемешивания). Затем кашу с овощами снять с огня, и настаивать с закрытой крышкой без нагревания 10–15 мин.

Подавать к столу кашу с овощами надо в кастрюле, в которой она готовилась. На столе массу перемешать и порционировать. Такой способ приготовления каши позволяет сократить до минимума нагревание молока, которое при том не касается дна, а денатурирующийся (свернувшийся) при варке белок адсорбируется овощами и крупами.

Правда, этот способ приготовления требует навыка. Лучше всего начинать осваивать такой метод, используя какой-то один вид крупы, а затем усложнять блюда. Можно вообще молоко не нагревать, а подать его к готовой каше, наливая в тарелку.

Кабачки, фаршированные творогом

1 кабачок, 200 г творога, 1 зубчик чеснока, 4 столовые ложки сметаны, 1 яйцо, соль по вкусу.

Молодой кабачок промыть, нарезать кружочками толщиной 4–5 сантиметров и удалить внутреннюю мякоть с семенами. Творог, чеснок пропустить через мясорубку вместе с внутренней мякотью и семенами кабачка. Полученной массой начинить кабачок, посолить.

Кружочки кабачка уложить на противень или в неглубокую емкость, сверху залить смесью сметаны и яйца, поставить в разогретый духовой шкаф и запекать в течение 12–15 мин при

температуре 230–250 °С.

Свекла, фаршированная грибами и сыром

2 свеклы, 200 г свежих грибов, 1 луковица, 50 г твердого сыра, 2 столовые ложки рубленой зелени петрушки, 4 столовые ложки сливок, соль, перец черный молотый по вкусу.

Свеклу очистить, промыть, нарезать на кружочки толщиной 3–4 сантиметра, вырезать внутреннюю часть свеклы. Подготовленные свежие грибы сварить. Охлажденные грибы пропустить через мясорубку вместе с луком и внутренней частью свеклы, массу тщательно перемешать и заполнить ею подготовленные кружочки свеклы. Сыр натереть на мелкой терке.

Подготовленные нафаршированные кружочки свеклы уложить в неглубокую емкость, посолить, поперчить, полить сверху сливками и посыпать тертым сыром. Емкость поместить в разогретый духовой шкаф на 18–20 мин и запекать при температуре 230–250 °С.

При подаче посыпать зеленью петрушки. Вместо свежих грибов можно использовать сухие.

Сырники, запеченные с овощами

0,7 кг творога, 50 г сахара, 3 яйца, 10 морковок, 100 г муки, немного ванилина, соль по вкусу.

В протертый творог добавить просеянную муку, очищенную и пропущенную через мясорубку морковь, яйца, сахар, соль, ванилин. Массу тщательно перемешать и выдержать в холодильнике в течение 30–40 мин при температуре 2–6 °С. На сухой противень уложить сформованные сырники и запекать 20–25 мин при температуре 200–220 °С.

Пудинг из творога (запеченный)

0,5 кг творога, 50 г риса, 1/2 ст. воды, 6 морковок, 3 яйца, 1/2 ст. молока, 1/2 ст. сметаны, соль по вкусу.

Рис перебрать, промыть, замочить на 2–3 часа в холодной воде. Очищенную морковь нарезать соломкой. Протертый творог, замоченный рис, нашинкованную морковь смешать, добавить соль. Массу тщательно перемешать, уложить в сухой противень и запекать в жаровочном шкафу в течение 20–25 мин. На поверхность пудинга вылить яично-молочную смесь и запекать еще 10–15 мин.

Гренки с сыром

100 г сливочного масла, 150 г тертого сыра, перец по вкусу, ломтики белого хлеба.

Натереть сыр. Масло растереть в пену, прибавить к нему половину сыра и смесь эту намазать толстым слоем на ломтики хлеба. Сверху посыпать остальным сыром (по желанию посыпать перцем), уложить ломтики на смазанный маслом противень и поставить в горячую печь (духовку), чтобы масса на хлебе подрумянилась и вспухла. Подавать сейчас же, иначе корочка на гренках опадет.

Каша пшенная с творогом

2 ст. пшена, 1 ст. творога, 50 г сливочного масла, сахар

В кипящую подсоленную воду (2,5 ст.) всыпать перебранное и промытое пшено, варить до полуготовности. Добавить сливочное масло, сахар и творог, все перемешать и варить до готовности пшена. К каше хорошо подать молоко, простоквашу, кефир.

Каша рисовая молочная с кабачками

1 ст. рисовой крупы, 2 ст. воды, 2 ст. молока. 200 г кольраби, 4 столовые ложки сметаны, соль по вкусу.

Рис перебрать и промыть. Кольраби протереть на крупной терке. Рис довести до кипения, добавить, не перемешивая, кольраби, также осторожно, не перемешивая массу, влить молоко, снова довести до кипения, варить 5–6 мин, закрыть кастрюлю крышкой и настаивать 20–30 мин. Подавать в горячем виде со сметаной.

Каша гречневая с цветной капустой и молоком

200 г цветной капусты, 1 ст. крупы гречневой, 2 столовые ложки масла сливочного, 1/2 л цельного молока, 1/2 л воды.

Цветную капусту промыть, мелко нарезать и слоем уложить на дно посуды. Сверху положить промытую гречневую крупу, влить молоко, добавить соль, довести все до кипения, варить 5–6 мин, закрыть кастрюлю крышкой, накрыть полотенцем и настаивать без нагревания 10–15 мин. Подавать с маслом сливочным.

Молоко с морковью и крапивой

4 ст. молока, 2 моркови, 2 столовые ложки рубленой крапивы, 1 чайная ложка меда.

Морковь очистить, тщательно промыть и натереть на крупной терке. Смешать с крапивой, добавить мед, кипяченое молоко. Смесь тщательно перемешать. Подавать в охлажденном виде.

Молочная сыворотка с мятой

2 ст. молочной сыворотки, 1/2 ст. воды, 2 столовые ложки меда, 1/2 чайной ложки сухой мяты

Мяту залить кипящей водой и настоять 25–30 мин. Процедить, смешать с молочной сывороткой, добавить мед. Смесь тщательно перемешать. Подавать в охлажденном виде.

Напиток из пахты с черносливом

4 ст. пахты, 1 ст. воды, 10 шт. чернослива, 1/2 чайной ложки аптечной сухой ромашки.

Промыть чернослив, замочить в 1/2 ст. воды на 10–15 мин и, не сливая воду, проварить 1–2 мин. Отвар процедить, у чернослива удалить косточки и снова положить в отвар.

Цветы ромашки залить 1/2 ст. кипящей воды, настоять 20–30 мин. Настой процедить, добавить отвар с черносливом, пахту и тщательно перемешать.

Подавать в охлажденном виде.

Кефир с томатным соком, укропом и орехами

3 ст. кефира, 1 ст. томатного сока, 1 столовая ложка рубленой зелени укропа, 10 грецких орехов.

Ядра грецких орехов мелко измельчить, добавить мелко нарубленную зелень укропа, томатный сок, кефир. Смесь хорошо перемешать.

Кефир с тыквой и медом

4 ст. кефира, 1 ст. молока, 200 г тыквы, 1 столовая ложка меда

Тыкву мелко порубить, залить горячим молоком и охладить. Добавить кефир, мед и массу взбить.

Кефир со сливками и апельсинами

4 ст. кефира, 1/2 ст. сливок, 1/2 ст. кипяченой воды, 2 апельсина.

Апельсины очистить от кожицы, удалить белый слой и разделить на дольки. Кефир смешать со сливками, добавить кипяченую воду, опустить дольки апельсина и массу взбить.

Творожные массы

Творожная масса с медом

400 г творога, 4 яичных желтка, 1 столовая ложка сахара, 2 столовые ложки меда, 80 г сливочного масла, 1 ст. сметаны.

Творог протереть через сито или провернуть на мясорубке. Желтки размешать с сахаром, маслом и подогретым медом. Массу хорошо взбить, смешать с протертым творогом и подать со сметаной.

Творожная масса вареная

400 г творога, 60 г сливочного масла, 1/2 ст. сметаны, 4 яйца, 1/2 ст. сахара, 5 столовых ложек изюма, немного ванилина, соль по вкусу.

Творог протереть и, добавив сметану, сливочное масло, соль, сахар, хорошо размешать. Затем в массу добавить сырые яйца, изюм и снова все тщательно перемешать. Творожную массу выложить в кастрюлю и, непрерывно помешивая, прогреть до кипения (но не кипятить). Снять кастрюлю с огня, массу охладить, продолжая помешивать.

Творожная масса заварная

350 г творога, 4 яйца, 80 г сливочного масла, 2/3 ст. сметаны, 1/2 ст. сахара, немного ванилина, соль по вкусу.

Творог протереть и хорошо размешать с яйцом, сливочным маслом, сметаной. Массу выложить в кастрюлю, поставить на огонь и, помешивая, варить до кипения. Затем снять с огня и, продолжая мешать, быстро охладить, добавить сахар, ванилин, толченые орехи, изюм.

Слоенка из творога и хлеба

500 г творога, 1 1/2 ст. сметаны, 300 г ржаного (черного) хлеба, 2/3 ст. сахара, 6–7 яблок, соль, корица по вкусу.

Творог протереть, добавить 1/2 стакана сахара, взбитые сливки и перемешать. Хлеб натереть на терке, смешать с оставшимся сахаром и корицей. Яблоки нарезать на дольки и отварить до размягчения в сахарном сиропе.

В стеклянный салатник уложить слоями подготовленные творог, тертый хлеб, яблоки. Верхним должен быть слой из хлеба. Массу украсить взбитыми сливками и ломтиками яблок.

Бабка творожная

500 г творога, 1 1/2 ст. сахара, 2 столовые ложки изюма, 8 г корицы, 4 яйца, 30 г сливочного масла, 2 столовые ложки молотых панировочных сухарей, соль по вкусу.

Отделить желтки от белков. Желтки тщательно растереть с творогом, солью и сахаром, добавить изюм, корицу, взбитые белки и хорошо перемешать. Массу выложить в смазанную маслом и обсыпанную сухарями форму, выровнять поверхность, сбрызнуть маслом, обсыпать молотыми сухарями и запечь в духовке.

ЯИЧКО К ЗАВТРАКУ

В прошлом отношение русских людей к яйцу было двойственным. Его удивительно гармоничная форма, белизна, а главное, спрятанное под хрупкой скорлупой таинство рождения новой жизни, воспринимались в народе как символ довольства и полного благополучия в семье, плодородия и обновления.

Вместе с тем, как продукт, яйцо всерьез не воспринималось. Скорее оно считалось баловством, позволительным разве что для малых детей да изнеженных в праздности господ. Уж больно мало оно по своим размерам, да и, как считали крестьяне, ничего путного из яиц невозможно сделать.

Такое неоднозначное отношение к яйцу нашло отражение и в русском фольклоре. «Круглая, как яичко», — говорили о молодой, полной сил девушке. «Кому что по душе, а цыгану — яичница» — это о скудости пищи из яиц.

Как символ зарождения новой жизни, яйцо у русских, да и у древних восточно-славянских народов фигурирует почти во всех весенних обрядах. Так, в первый раз после зимы (обычно на Георгия) выгоняя стадо на выпас, пастухи обязательно брали с собой куриные яйца, надеясь, что их коровы станут такими же круглобокими и дадут хороший приплод.

У белорусов же этот обряд часто обставлялся еще и так: хозяева, держа в руках икону, хлеб и свечу, обходили скот, а в воротах, через которые выгоняли скотину, клали яйцо и стелили шубу мехом вверх.

На Вознесение, которое отмечали на сороковой день после Пасхи, крашеные яйца выносили в поле и подбрасывали вверх.

Это делалось для того, чтобы рожь выросла такой же высокой.

Центральное место отводилось яйцу в пасхальных обрядах. Яйца светили в церкви, ими «христосовались», несли на могилы умершим родителям и родственникам. Молодежь на святой неделе развлекалась катанием яиц по специально сделанному деревянному лоточку или с горки. Обыкновенным было также «биться» яйцами: чье яйцо треснет, тот и проиграл. Некоторые мальчишки были столь искусны в этом деле, что за день иногда выигрывали по целой корзине яиц.

В некоторых губерниях крестьяне в первый день Пасхи ставили на стол небольшую кладь с зернами пшеницы и зарывали в них красное пасхальное яйцо. Затем этими зернами засевали поле.

Обычай окрашивать пасхальные яйца в красный цвет своими корнями уходит в языческие времена, когда красное яйцо считалось символом солнца. Чествуя красное яйцо, древние отдавали должное весеннему солнцу, пробуждению природы после долгой зимы. Светлое же Христово Воскресение по времени совпало с языческим весенним праздником.

Каких только рисунков не делали на пасхальных яйцах, их еще называли писанками. Существовали самые разные способы создания этих писанок. Обычно делали их женщины. Вот один из способов: на те места у яиц, которые хотят оставить белыми, наносят воск. Затем яйца опускают в отвар яблоневой коры, которая придает им желтоватую окраску. На эту основу наносят (где нужно) воск и опускают яйцо в краску другого цвета и т. д. В зависимости от рисунка писанки имели и разные названия: «церковка» — с изображением крестов; «волошки» — с мелким рисунком: «гвязди» — с изображением звезд, «поповы розы», «Пасха», «бараньи глаза» и др.

На этнографической выставке в Коломне экспонировалось более 800 писанок из разных сел России.

Наиболее распространенным обрядовым блюдом из яиц всегда у славян была яичница. Ею кормили молодых на свадьбе, на Троицу угощали девушек. Пастухи обязательно готовили яичницу на ужин в первый день выгона скота на пастбище.

Довольно долгое время в русской кухне не принято было смешивать яйца с другими продуктами. Даже в тесто их стали добавлять лишь в прошлом веке. Видимо, это обстоятельство и сказалось на пренебрежительном отношении к яйцу, как к продукту питания. Кроме того, яйца относились к «скоромной» пище и поэтому в постные дни исключались из меню. Особенно много их скапливалось в Великий пост, который длился семь недель и оканчивался на Пасху. Их красили в желтую, красную,

фиолетовую краску, освещали в церкви, разносили родным и знакомым.

Со временем, главным образом под влиянием французской кухни, ассортимент блюд с использованием яиц очень быстро расширился. Прежде всего их стали добавлять в тесто для пирогов, блинов, лапши и других мучных изделий, широкое распространение получили омлеты, запеканки с яйцами и др. Да и старая испытанная яичница претерпела изменения: облагородилась мясными и овощными добавками, соусами и пр.

В конце XIX века модным, особенно среди певцов-любителей, был так называемый гоголь-моголь. Готовили его из охлажденных желтков яиц, взбитых с сахаром. В эту смесь еще добавляли ром, херес или мадеру. Считалось, что это кушанье «очищает голос» перед пением.

Недостатка в хрупком товаре, коим являются яйца, Россия никогда не испытывала. Когда-то на севере и на юге страны, в Сибири, в местах птичьих колоний в огромных количествах собирали птичьи яйца. Обычно по весне на такой промысел выходили почти все местные жители. Правда, уже в те далекие времена понимали, что этот хищнический промысел ведет к сокращению в России пернатой дичи. Существовали даже законы, запрещавшие разорять гнезда и забирать яйца. Пойманных за этим воровским делом ждал арест на трое суток.

Наиболее подходящими для еды издавна считались куриные яйца. Россия была одним из крупнейших в мире поставщиков яиц на мировой рынок. Так, в 1903 году экспорт этой продукции достигал 2,8 млрд. шт. Правда, количество этих яиц не вызывало особого восторга у иностранных покупателей. Причин тому несколько. Кур кормили в основном отбросами. Не был организован и сбор яиц. Он происходил случайно: разносчикам вместо денег за мелкий товар давали яйца, а те возили их по ухабистым российским дорогам и, конечно же, разбалтывали. От этого ухудшалось качество яиц и ценились они очень низко.

В Москве, например, оптовые торговцы за тысячу яиц первого сорта в конце XIX века платили не более 28 руб., в Лондоне эти же яйца стоили 26 руб., а за французские отдавали по 35–40 руб.

Кстати, интересны способы хранения яиц, которые применяли наши предки.

Готовя яйца в дальнюю дорогу, их хорошо очищали от грязи и помета, смазывали вазелином и укладывали в ящики с овсом или золой острым концом вниз. При этом следили, чтобы яйца не касались друг друга. Вместо золы и овса иногда использовали соль.

По другому способу яйца обливали известковым молоком,

обсушивали и хранили в сухом прохладном месте. Между прочим, так предохраняют яйца от порчи и сегодня, называются они известкованные.

Вообще же длительное хранение яиц, особенно где-нибудь в шкафу на кухне, не желательно. От этого они быстро усыхают и портятся. Если же все-таки приходится хранить яйца без холодильника, то время от времени их нужно переворачивать.

Распознать — лежалое яйцо или свежее можно, опустив его в концентрированный соленый раствор (125 г соли на 1 л воды). Свежее яйцо окажется на дне, лежалое всплывет, ну а малолежалое будет плавать посередине.

Вес яйца невелик и составляет обычно 45–60 г. При этом 10 % приходится на скорлупу, 30 % — на желток, а остальные 60 % — на белок. Аминокислотный набор яичных белков довольно близок к оптимальным потребностям организма человека. В желтке яйца кроме белка содержится также довольно много жира, легкоусвояемый кальций, железо, витамины А и Д.

Особенно полезны яйца детям. Однако нельзя забывать, что желток очень богат холестерином (в 100 г желтка — около 270 млг холестерина). Именно поэтому он должен очень ограниченно употребляться больными атеросклерозом и гипертонией.

Белки сырого яйца довольно трудно перевариваются организмом и часто поэтому вызывают аллергию. Гораздо лучше они усваиваются после тепловой обработки.

При этом яйца, сваренные всмятку, более полезны, чем вкрутую. Однако лучше всего готовить яйца с плодоовощными наполнителями. Для этого в качестве добавок можно использовать свеклу, морковь, капусту, лук, зелень, пряновкусовые растения. Их мелко шинкуют, укладывают в посуду и заливают яично-молочной смесью. При нагревании массу нужно постоянно помешивать, а как только она загустеет, блюдо подают к столу.

В кулинарии белки и желтки яиц чаще всего используют раздельно. Происходит это потому, что белки обладают разрыхляющим действием, а желтки — наоборот, связующим.

Как правило, желтки перед использованием растирают с солью, сахаром или растительным маслом, а белки взбивают. Необходимо помнить, что лучше взбиваются охлажденные белки. Делать это нужно в чистой, охлажденной, обезжиренной посуде. Поэтому, например, нельзя взбивать белки в той же миске, где взбивали сливки.

Блюда из яиц

Омлет с сыром и зеленым горошком

150 г сыра, 6 яиц, 1 1/2 ст. молока, 4 столовые ложки горошка зеленого консервированного, 50 г тыквы, 3 столовые ложки растительного масла, соль.

Сыр и тыкву натереть на мелкой терке, смешать с яйцами, растительным маслом, постепенно влить молоко, добавить соль, зеленый горошек и взбить до однородной массы, выложить в форму, запечь.

Омлет с овощами и творогом

6 яиц, 1 1/2 ст. молока, 1 столовая ложка сливочного масла, 200 г кабачка, 100 г творога, соль, 1/2 ст. рубленых листьев мать-и-мачехи.

Яйца взбить, добавить рубленые листья мать-и-мачехи, молоко, протереть творог, все тщательно перемешать. На противень уложить кабачки, нашинкованные соломкой и вылить подготовленную смесь. Запекать 20–25 мин. Готовый омлет полить маслом.

Омлет на молоке с грибами и морковью

6 яиц, 1 ст. молока, 1 луковица, 200 г шампиньонов, 1 морковь, 3 столовые ложки растительного масла, соль

Шампиньоны нарезать ломтиками и обжарить с нарезанным репчатым луком на растительном масле. Яйца взбить при постепенном вливании молока до получения однородной массы, добавить натертую сырую морковь, соль и взбивать еще 5–6 мин. В смазанную растительным маслом форму или сковороду выложить жареные шампиньоны с луком, залить яично-молочной смесью с морковью, запечь в духовке (10–15 мин).

Омлет на молоке, фаршированный грибами

1 1/2 ст. консервированных или маринованных грибов, 3 столовые ложки зеленого консервированного горошка, 2 столовые ложки растительного масла, 2 луковицы, 5 яиц, 2 столовые ложки мелко шинкованного щавеля, 1 ст. молока, 1 чайная ложка сахара, 3 столовые ложки сметаны, соль.

Грибы тонко нарезать и слегка обжарить на растительном масле с репчатым луком, добавить зеленый горошек, щавель и прогреть 2–3 мин. Яйца взбить, постепенно вливая молоко. Добавить соль, сахар, тщательно вымешать. Яично-молочную смесь вылить на сковороду, смазанную маслом, и выпекать, как блины, с двух сторон. В омлет положить грибную начинку, завернуть рулетом и слегка обжарить. Подавать со сметаной.

Омлет на молоке с яблоками и морковью

6 яиц, 1 1/2 ст. молока, 2 столовые ложки сливочного масла, корица на кончике ножа, 1 яблоко, 1 морковь, соль..

Яблоки нарезать ломтиками и слегка прогреть (2–3 мин) со сливочным маслом. Яйца взбить, постепенно добавляя молоко, в конце положить соль, корицу, перемешать. В смазанную сливочным маслом форму положить ломтики яблок, сверху натертую морковь, все залить яично-молочной смесью, поставить в духовку на 15–20 мин. Подавать горячим со сливочным маслом.

Яичница-глазунья с луком

6 яиц, 100 г сыра, 1 столовая ложка мелко нарубленной крапивы, соль, перец, 3 столовые ложки растительного масла.

Яйца смешать с нарубленной зеленью укропа и крапивы, солью, перцем. Разогреть растительное масло, вылить подготовленную смесь. Когда снизу яичница хорошо поджарится, на середину ее положить тертый сыр, свернуть трубочкой и слегка обжарить.

Яйца, фаршированные сырной массой с зеленью петрушки

6 яиц, 100 г сыра, 1 морковь, соль, 3 столовые ложки зелени петрушки, 50 г сливочного масла.

Вареные яйца разрезать на две половины, вынуть желтки и растереть их с тертым сыром и маслом, солью, натертой на мелкой терке морковью. Массу перемешать, заполнить ею половинки яиц. Фаршированные яйца посыпать рубленой зеленью петрушки.

Омлет с сыром

6 яиц, 100 г сыра, 1 морковь, 1 1/2 ст. молока, 1 луковица, 2

столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка мелко нарубленной зелени петрушки, соль, перец.

Сыр натереть, взбить яйца, добавить натертую на крупной терке морковь, рубленую луковицу, соль, перец, растительное масло, взбивать массу 5–6 мин, постепенно вливая молоко. Подготовленную массу вылить в форму и запекать в духовке 15–20 мин. Подавать омлет с рубленой зеленью петрушки, сверху полить растительным маслом.

Омлет на молоке с картофелем и зеленью укропа

6 яиц, 2 клубня картофеля, 1 ст. молока, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка рубленой зелени укропа, 1 ст. рубленого щавеля, соль.

Очищенный картофель сварить на пару, протереть горячим. Добавить в пюре щавель, соль, молоко, яйца, взбить массу в форму, положить натертую на крупной терке морковь, выложить подготовленную массу и запечь в течение 10–12 мин. Подавать со сливочным маслом и рубленой зеленью.

ДАРЫ ПРИРОДЫ — ВИТАМИНЫ

Вряд ли требует доказательства утверждение, что свое неприхотливое меню первобытный человек составлял из дикорастущих. Просто не было так называемых культурных растений. Как утверждают ученые, человек начал «приручать» дикоросы примерно 40 тыс. лет назад, так что, обращая сегодня наш просвещенный взгляд на крапиву, лебеду, одуванчик и другие дары леса, мы не открываем ничего нового, а лишь вспоминаем хорошо забытое старое.

«Как богат растительный мир, — писал Н.И. Вавилов, — и как бедно мы его используем». И действительно, из 500 тыс. видов растений на наше планете человек использует не более 6 тыс. В культуре же выращивается всего около 1 тысячи растений.

Не умеем мы еще и взять из природной кладовой то, что там есть. Например, по расчетам специалистов только товарные, т. е. те, что можно взять без ущерба для фауны и флоры, ресурсы лесов нашей страны составляют в среднем, плоды — около 50 тыс. тонн, ягоды — 300, орехи — около 55 тыс. тонн. Мы же берем лишь мизерную часть этих богатств. Сколько съедобных дикорастущих растений сможет назвать современный горожанин? Десять, от силы пятнадцать видов. Сельский житель, поднатужившись, возможно, добавит к ним еще пяток. Вот и все наши познания в этой области При этом, наверняка, о некоторых дикоросах многие только слышали, а встретят их в лесу и не узнают. Например, всем знакомая из популярной песни калина. Но далеко не каждый из нас, встретив где-нибудь «в поле у ручья» дерево, расцвеченное гроздьями сочных с рубиновым отливом ягод, узнает в нем калину — символ девичьей красоты и прелести. И уж совсем редкостью стали те же пироги с калиной.

Но калина — лишь один из тысячи видов овощных, хлебокрупяных, крахмалоносных, белковых, сахаристых, пряновкусовых и многих других дикорастущих, произрастающих в наших лесах.

Съедобные грибы, ягоды, плоды, орехи, травы, листва некоторых кустарников и деревьев, цветы, семена и корни — все эти бесценные дары природной кладовой могут разнообразить наше питание, сделать его более полноценным.

Во многих регионах России дикорастущие являются первыми весенними съедобными растениями. Огородники только еще приступают к возделыванию культурных растений, а та же крапива уже вполне пригодна для приготовления салатов, щей, пюре и пр.

Поэтому именно дикорастущие вполне могут использоваться в весенний период в качестве источника биологически активных веществ, в особенности аскорбиновой кислоты (витамина С) и каротина (провитамина А), которые уберегут нас от авитаминозов.

Наши далекие предки мало что знали о витаминах, но как только весной появлялись зеленые листочки деревьев, кустарников и трав, они активно употребляли их в пищу. Сам организм, истосковавшийся за долгую зиму по свежей зелени, понуждал их к этому. Помните, у Л.Н. Толстого в романе «Война и мир», как изголодавшиеся гусары нашли способ прокормиться: «С открытием весны солдаты стали находить показавшееся из земли растение, похожее на спаржу, которое они называли почему-то машкин сладкий корень, и рассыпались по лугам и полям, отыскивая этот машкин сладкий корень (который был очень горек), саблями выкапывали его и ели».

В этом отрывке речь, по-видимому, идет об одном из сортов пиона (пионе уклоняющемся), который распускается весной на обширной территории нашей страны от Кольского полуострова до Алтая. Помимо прочих достоинств, он очень богат крахмалом и поэтому довольно питателен.

А вот история того, как неказистая травка спасла целую армию. В 1856 году среди личного состава английских и французских интервентов в Крыму очень быстро начала распространяться цинга. Даже очень щедрый провиант, который выдавался воинам, не помогал. Вино, ром, копчености, соления, чай, кофе, мясной бульон — ничего не спасало от всепроникающей болезни. И если бы не французский врач Воден, наверняка многие солдаты и офицеры навсегда остались бы в крымской земле.

Наблюдательный врач заметил, что местное население при

очень скудном питании практически не болеет цингой. Воден пришел к выводу, что этим оно обязано цикорию, которого в Крыму очень много.

По совету врача солдаты, подражая местным жителям, стали «пастись» на крымских лугах. И свершилось чудо. То, что не удалось сделать с помощью лучших продуктов питания, стало возможным благодаря неказистой травке — страшная болезнь отступила.

Как мы уже отмечали, наши предки использовали природный сад и огород гораздо активнее, чем мы это делаем сегодня. В больших количествах они заготавливали плоды (дикие яблоки и груши, например, широко использовали в качестве ароматизаторов в квашениях, а также для сушки), ягоды (малину, облепиху, смородину, клюкву, рябину, чернику, бруснику, шиповник, калину, морошку, черемуху и др.), орехи (в лесах европейской части — лещину, а в Сибири — кедровые).

В лесной и лесостепной местности собирали грибы, которые варили, жарили, солили, мариновали, сушили. Одним из любимых блюд русских была так называемая грибовница — это отваренные с луком и постным маслом грибы. Надо сказать, что ассортимент грибов, употребляемых русскими, довольно широк и далеко превосходит список дикорастущих грибов, потребляемых другими народами мира.

Довольно обширен и список дикорастущих трав, используемых в пищу нашими предками: крапива, лебеда, щавель, сныть, одуванчик, мята, борщевик, пастернак, подорожник, огуречная трава и многие другие.

Веками воспитывалось в народе отношение к каждой травинке, ягодке, корешку. Опытным путем отрабатывалась технология их обработки, приготовления из них разных кушаний и снадобий. Совершенно недопустимо, чтобы эти бесценные знания были забыты. Однако отношение к ним наших современников довольно прохладное.

Например, одной из разновидностей весенней, богатой витаминами зелени являются молодые побеги хмеля. В России когда-то было в почете такое кушанье: очищали от наружной кожицы (подобно спарже) молодые побеги хмеля, смешивали их со сваренными вкрутую рублеными яйцами, поливали сметаной или соусом и ели. Сегодня вряд ли где попробуют это кушанье, да и сам хмель попал, вероятно, главным образом из-за своего названия, в разряд вредных растений. Что ж, как это часто бывает на нашей Российской земле, в угоду высокопоставленному невежеству люди лишаются того, без чего не мыслили когда-то своего существования, будь то храм, кусок собственной земли или

неказистая травинка.

Во многих странах мира, даже в тех, где производство культурных овощей, плодов, ягод и орехов достигло высокого уровня, наблюдается повышение интереса к дикорастущим, например, в Англии, Японии, в некоторых Скандинавских странах… Идет процесс преодоления примитивного мышления, когда культурные растения и дикорастущие ставились на разные ступени: одни имеют меньшее, другие — большее значение. А ведь еще более 100 лет назад селекционер-дарвинист Лютер Бербанк писал по этому поводу: «Не надо забывать, что все наши современные овощные растения были в свое время дикими и что в диких растениях мы должны видеть бесчисленные новые овощи будущего». Сейчас, например, дикий одуванчик выращивается в культуре во Франции, Италии, Англии и других странах. Лопух-репейник получил прописку на плантациях Японии и т. д. К сожалению, наша страна сильно подотстала в этой области. Правда, внешне работа по привлечению в пищевой рацион дикорастущих ведется довольно успешно. Авторы книги «Зеленая кладовая Сибири» утверждают, что советские ученые выявили среди дикорастущих 703 вида пищевых, 4000 кормовых, 635 технических и 383 лекарственных растений. Однако эти данные отнюдь не отражают истинное положение вещей с привлечением дикорастущих в пищевой рацион. Они лишь дают представление о той весьма пассивной работе, которая ведется в стране по изучению (и то первичному) резервов пищевых и других полезных дикорастущих. Практически используется только небольшая часть тех дикорастущих, которые произрастают в СССР. Это ягоды, орехи, грибы, некоторые дикие плоды. Что же касается «зеленых резервов» (трав, листвы, хвои), то здесь успехи весьма скромны. Отечественная промышленность очень робко осваивает пищевые гостинцы из этих даров леса.

И, вместе с тем, народ в своих бездонных запасниках хранит целую энциклопедию разумного использования дикоросов. Многие тома этой энциклопедии посвящены кулинарным достоинствам природной кладовой.

Больше других народный опыт хранит рецептов кушаний из грибов и ягод. Травы, листья, корни гораздо шире применялись не в кулинарии, а в народной медицине. Однако из них можно приготовить не один десяток отменных кушаний.

Витаминные салаты, щи, борщи, ботвиньи, начинки для пирогов, гарниры к мясным и рыбным блюдам, напитки и сласти — не перечислить всех кушаний, в основу которых входят дары леса.

Итак, хотя бы кратко заглянем в эту энциклопедию народной

мудрости.

Грибы

Более других дикорастущих известны у нас грибы. Россияне всегда охотно их собирали и использовали в пищу. При этом в каждом регионе России население отдает предпочтение своим любимым грибам. На Севере, в Приуралье и Сибири ценятся грузди и рыжики. При засолке они сохраняют упругость. В средней полосе охотнее других собирают белые, подберезовики и подосиновики. Всего же в наших лесах насчитывается примерно 30 видов съедобных, так называемых шляпочных, грибов. Они содержат много хорошо усвояемого белка, жиры, углеводы, минеральные соли, витамины А, В, С, ферменты, органические кислоты и другие полезные вещества.

Русские люди всегда любым другим грибам предпочитали боровик. Кто из грибников не цепенел, завидев этого красавца. Да и чего только не сделаешь из боровиков. Хочешь, поджарь с луком и картошкой, потуши в горшочке со сметаной, добавь один-два гриба в суп и получишь королевское угощение, ну а особо терпеливые могут засолить или посушить. Тогда и зимой грибной дух не покинет ваш дом. Одним словом, первейший гриб во всех отношениях.

Что касается вкусовых достоинств боровика, спорить не будем — это действительно всем грибам гриб. Возможно, именно гастрономические достоинства совместно с кулинарной универсальностью снискали боровику звание «царя грибов».

Однако по питательной ценности он не превосходит, а иногда и уступает другим своим менее знаменитым собратьям. Дело в том, что наш организм усваивает всего лишь треть белка белого гриба, чего не скажешь о многих других грибах. Так, белки шампиньона культурного усваиваются организмом человека примерно на 80 %. Значительно белый гриб проигрывает по питательности неказистым дождевикам.

Далеко не лидер боровик и по содержанию витаминов. Так, подберезовик примерно в семь раз богаче боровика витамином B_1 и в 2 раза — витамином B_2, масленок поздний при равном содержании витамина B_2 в 4 раза богаче витамином B_1. Перещеголяли белый гриб в этом отношении груздь, козляк, зонтик пестрый, рядовка фиолетовая и др.

Отстает от многих других грибов боровик и по содержанию микроэлементов (железа, марганца, меди и др.).

Так что не по всем параметрам оправдывает боровик свое царское звание. Да и многие из тех грибов, что издавна мы считаем самыми ценными, не выдерживают конкурса на высший

титул.

Пожалуй, наибольшее количество баллов здесь набирает невзрачный гриб — зонтик пестрый. Многие грибники считают его поганкой и брезгливо проходят мимо. Между тем он почти не уступает боровику по количеству усвояемых белков и значительно превосходит его по всем остальным показателям. За свои вкусовые и питательные качества этот гриб высоко ценится во многих странах Европы и Северной Африки. К тому же он совершенно безопасен, и, например, в Латвии его едят сырым.

Все это мы пишем не для того, чтобы умалить значение боровика или подосиновика. Эти грибы, а также всем нам знакомые подберезовики, лисички, рыжики, маслята, моховики, опята, волнушки, грузди и другие, безусловно, заслуживают самой высокой оценки и всегда по праву ценились жителями России. Однако любителям «тихой охоты» никогда не стоит забывать, что наши леса богаты и другими грибами, которые обладают самыми высокими пищевыми достоинствами.

К ним относятся серушки, краснушки, млечник белый, подмолочник, растущие колониями в лесах всех типов. В еще большей степени не повезло валуям и дождевикам. Между тем знатоки считают, что при правильной засолке валуй не уступает по вкусу даже боровику. Дождевика же всегда в народе считали «плохим грибом». Это нашло отражение в тех названиях, которыми окрестили его сельские жители. Чего, например, стоят такие из них: «чертово яблоко», «заячья картошка», «волчий табак» и др. Все эти названия вполне справедливы для старых, высушенных солнцем дождевиков. В молодом же возрасте по вкусу и питательности дождевик может поспорить с любым из «благородных» грибов.

Бульон же, приготовленный из высушенных дождевиков, отличается очень нежным ароматом.

Вполне съедобными являются также плютей олений — хрупкий гриб на высокой тонкой ножке с серовато-коричневой шляпкой, имеющий нежную мякоть; рядовка желто-красная, растущая в сухих сосновых или смешанных лесах рядами и кольцами; печеночница — крупнолопастный мясистый гриб, имеющий форму бочонка с крышечкой, заполненного прозрачной белой жидкостью — в народе ее называют «земляное масло» (прекрасное народное снадобье, применяемое наружно при ревматизме и невралгиях); говорушка серая и ворончатая с характерными, опускающимися на ножку пластинками; мокруха еловая — скользкий на ощупь гриб, растущий в хвойных лесах. Список этот можно дополнить строфарией сине-зеленой, необыкновенная окраска которой отпугивает грибников; веселкой

— приметой ее служит складчатая шапочка (кстати, этот гриб растет буквально на глазах со скоростью пяти миллиметров в минуту); вешенкой устричной или осенней, растущей на мертвой древесине или ослабленных болезнями лиственных деревьях; гладышем, имеющим красноватую шляпку и в засолке не уступающим знаменитому рыжику.

Все эти грибы хорошо поддаются кулинарной обработке, многие из них можно заготавливать впрок. То негативное отношение к ним, которое свойственно многим (особенно малоопытным) грибникам, можно объяснить только незнанием качеств этих грибов.

В связи с этим вспоминается такой случай. На Сахалине нас однажды пригласили по грибы. Стоял прекрасный сухой и теплый сентябрь. Речки буквально кипели от горбуши, которая торопилась на нерест.

Вдоволь налюбовавшись рыбным шествием, мы наконец-то отправились за грибами. Наш провожатый — кореец по имени Бок — стал вынимать из машины ведра для грибов и длинные палки с сачком на конце. На вопрос о назначении этого приспособления Бок с удивлением ответил: «А чем же вы собираетесь доставать грибы?» После этого «доставать» мы не задавали лишних вопросов.

Бок же, лишь только вошел в лес, стал смотреть не на землю, а на деревья. То здесь, то там красными фонариками на них отсвечивали шляпки грибов. Местные жители называют их опятами, хотя с нашим среднерусским опенком они не имеют ничего общего. Ловко подцепляя грибы сачком, мы быстро наполнили свои ведра. На те же грибы, что росли на земле, наш проводник внимания не обращал. Все уверения по поводу того, что эти грибы тоже съедобные и очень вкусные, никакого действия не возымели. «Грибы, которые не растут на деревьях, — заключил он, — есть нельзя, они нечистые». Здесь же ходили другие грибники и собирали только те грибы, что растут на земле, не обращая внимания на «опята», которыми были заполнены наши ведра.

Конечно, любимые грибы есть у жителей каждой местности, и то, что одни считают поганками, для других — желанная добыча. Но, безусловно, даже в самый неурожайный на грибы год всегда с полным лукошком вернется с «грибного промысла» лишь тот грибник, который хорошо знает настоящую цену и «чистым», и «нечистым» грибам.

Как мы уже говорили, грибы очень технологичны в кулинарном плане. Для приготовления различных блюд в русской кухне используют свежие, соленые, сушеные и маринованные

грибы.

Засол грибов

Соление грибов — это целая наука. Вот как описывает этот процесс большой знаток русской природы писатель В. Солоухин в книге «Дары природы»: «Павел Иванович Косицын, проработавший много лет лесником, учил меня солить рыжики следующим образом. Кадку нужно хорошенько промыть. Положить в нее можжевеловых веток, а ветки эти ошпарить кипятком, чтобы их дух пропитал древесину кадки. Затем ее накрывают ватным одеялом, чтобы можжевеловый пар не выходил наружу. Приподняв одеяло, кидают в кадку сильно раскаленный камень. Вода шипит и глухо урчит под одеялом, и новая порция можжевелового аромата впитывается кадушкой. Впрочем, дело касается не только можжевелового аромата, без которого, вероятно, и можно бы обойтись. Но таким образом осуществляется дезинфекция, а это залог того, что грибы зимой не прокиснут и не начнут плесневеть.

Итак, кадушка готова. Рыжики нужно тщательно вытереть тряпкой от земли и мусора и сухие укладывать рядами и слоями, чтобы каждый слой получался с полчетверти толщины. Уложенные грибы пересыпаются всеми теми приправами, которые я перечислил (укроп, листья смородины, листья хрена, листья дуба, листья вишни — авт.). Вероятно, можно класть и тмин, и вообще все то, что может дать свой особенный вкус. Так укладывают слой за слоем, пока не наполнится кадушка… Поверх грибов нужно положить мешочек из марли, наполненный солью, распластать его ровно по всей поверхности. На- этот мешочек кладут деревянный, чисто промытый кружок, а на кружок гнет, чаще всего обыкновенный речной камень. Через некоторое время кружок и камень начнут опускаться, а поверх их выступит обильный грибной сок, который Павел Иванович рекомендует время от времени отчерпывать.

Спустя два месяца грибы можно есть. То есть что значит «можно есть»? Их можно есть и на другой день. Но за два месяца они просолятся, примут в себя все возможные оттенки аромата и вкуса и станут такими, какими хотел их увидеть кулинар».

Что и говорить, засоленные таким образом рыжики вряд ли кого оставят равнодушными, особенно зимой, да с горячей разварной картошечкой.

Засаливать можно практически все виды пластинчатых грибов. Некоторые солят также белые грибы, но, по нашему мнению, этого лучше не делать, ибо у каждого гриба свое

назначение.

Как правило, наиболее часто применяют холодный способ засола, то есть без предварительной тепловой обработки грибов.

Солят грибы этим способом так. Прежде всего, подготовленные для засола (промытые и очищенные) грибы необходимо вымочить в холодной, слегка подсоленной воде, чтобы в них не осталось горечи. Для вымачивания любых грибов достаточно от двух до пяти дней. Все зависит от их вида. Так, рыжики вообще не вымачивают, а валуи и грузди требуется выдерживать в воде в течение 3–5 дней. При этом раза три в сутки нужно менять воду.

Для посола 10 кг грибов требуется примерно 250–300 г соли, по 2–3 г душистого перца, лаврового листа (при желании можно положить в грибы чеснок, листья смородины, гвоздику, укроп и другие специи на ваш вкус).

В качестве емкости для засолки грибов подойдут дубовые бочки, стеклянные и глиняные банки с широким горлом.

Укладывают грибы в емкости шляпками вниз. Каждый слой (5–7 см) пересыпают солью.

Специи обычно кладут на дно емкости и поверх грибов, но можно положить и между каждым слоем, особенно если речь идет об укропе, листьях плодовых деревьев и кустарников.

Уложенные таким образом грибы сверху накрывают деревянной крышкой, на которую кладут гнет.

Обычно через сутки-двое обильно выступает рассол. Излишек его необходимо слить. Так поступают до тех пор, пока грибы окончательно не осядут. Отсутствие рассола говорит о том, что необходимо увеличить гнет.

При таком способе засолки рыжики можно употреблять в пищу дня через 2–3, грузди — через месяц, волнушки — через полтора, а валуи — через 2 месяца.

Хранят соленые грибы в прохладном месте при температуре до +8 °С, но не ниже 0°.

Большими мастерами солить грибы были когда-то жители Костромской губернии. Леса в тех местах знатные, а без грибов из них мог вернуться разве что слепой.

Солеными рыжиками славился Каргопольский уезд. Ежегодно отсюда вывозилось до 300 тонн соленых рыжиков. Важную часть дохода от продажи соленых грибов получали в начале этого века также жители сел и деревень Ярославской, Тверской и Смоленской губерний.

В прошлом веке соленые рыжики из России вывозили и за границу. В Париже, например, они ценились дороже шампанского.

Обидно, что сегодня соленые грибы на нашем столе — редкость и воспринимаются как деликатес.

Маринование грибов

Маринованные грибы прежде в питании простого народа не имели такого широкого распространения, как соленые. В настоящее время, особенно горожане, более привычны к маринадам, так как соленые грибы в магазинах почти не встретишь, а собственными заготовками занимаются в редких семьях. Нет для этого условий, самих грибов, да и желания.

Банки же с маринованными грибами нет-нет и встретятся в магазинах «Дары природы». И все же грибные домашние маринады всегда вкуснее покупных. А делают их так. На 1 кг грибов берут 1/3 стакана воды, 2/3 стакана столового уксуса, 1 столовую ложку соли, 1 чайную ложку сахара, душистый перец, корицу, гвоздику, лавровый лист и другие специи по вкусу.

В эмалированную кастрюлю наливают воду, уксус, кладут соль. После того как вода закипит, закладывают подготовленные (промытые и очищенные) грибы и вновь, доведя до кипения, варят их на слабом огне от 10 до 30 минут. Время варки зависит от плотности мякоти грибов. При варке в кастрюле скапливается обильная пена. Ее следует периодически удалять. Когда выделение пены прекратится и грибы начнут оседать на дно кастрюли, отваривание заканчивается. Незадолго до окончания варки в маринад добавляют сахар и специи.

Готовые грибы быстро охлаждают, кладут в банки и заливают до верха остывшим маринадом. Правильно сваренный маринад, как правило, полупрозрачный, чистый и слегка тягучий.

Особенно хороши маринованные маслята.

Менее всего для маринования пригодны подберезовики, подосиновики и белые грибы, так как при варке шляпки их разваривaются, отчего маринад становится засоренным и мутным.

Сушка грибов

Наиболее простой способ заготовки грибов впрок — их сушка. Когда-то Россия довольно много сушеных грибов продавала за рубеж. Так, только за один 1911 год было вывезено 420 тонн первосортных сушеных грибов.

Сушить в принципе можно любые грибы. Россияне издавна здесь предпочтение отдают крепким боровикам, подберезовикам и подосиновикам, маслятам, сморчкам и строчкам. Менее всего

пригодны для сушки пластинчатые грибы, так как содержащийся в них млечный сок придает им горьковатый вкус. Кстати, при покупке на рынке этих грибов нужно быть очень осмотрительным — в засушенном виде их очень трудно отличить от ядовитых.

Перед сушкой грибы не моют, а лишь очищают от земли и сора. Ножки обрезают на расстоянии 1,2–2 см от шляпки.

Прежде чем сушить грибы, их необходимо провялить в течение 2–3 часов при температуре 40–50 °С.

В жаркое солнечное лето грибы лучше всего сушить на солнце. Для этого их нанизывают на крепкие нити и развешивают так, чтобы грибы не соприкасались.

Прекрасно сушатся грибы в русской печи, но за неимением таковой можно приспособить для этого и обыкновенную газовую или электрическую плиту.

Оригинальный способ ускоренной сушки грибов предложил журнал «Изобретатель и рационализатор» (№ 8 за 1965 г.).

В нем описана конструкция сушилки из четырех круглых пятикилограммовых жестяных банок из-под селедки. С одной банки срезана крышка, а от остальных оставлены только обода. Банку с дном ставят на газовую плиту. На нее кладут шампуры, лучше металлические, диаметром 3–4 мм с нанизанными на них грибами. Наверх ставят обод, в отверстия которого также вставлены шампуры, снова ряд шампуров, новый обод и т. д. Время от времени обода меняют местами — вниз ставят сырые грибы, а наверх подсушенные. С помощью такого «бутерброда» грибы можно высушить за 3–4 часа.

Сухие грибы обладают высокой гигроскопичностью, поэтому их нужно хранить в сухих, проветриваемых местах. В кулинарии сухие грибы трудно переоценить. Каких-нибудь 2–3 грибка, добавленные в мясное или рыбное кушанье, соус или кашу, способны сделать это блюдо ароматным и очень вкусным. Имея всего 1 килограмм сухих грибов, вы целый год сможете потчевать своих близких самыми вкусными кушаньями.

Блюда из грибов

Предлагаем запомнить

Если сушеные грибы выдержать несколько часов в подсоленном молоке, то они станут, как свежие.

Не кладите в грибные блюда острые приправы и соль, так как они «забивают» специфические грибные вкус и аромат.

Чтобы грибы при варке оставались упругими и не ухудшался их вкус, нельзя допускать постоянного бурного кипения бульона.

Очищенные грибы не почернеют, если опустить их в холодную, слегка подсоленную и подкисленную (уксусом) воду.

Грибы, жаренные с луком

450 г свежих грибов, 1 луковица, 100 г шпика, соль по вкусу.

Грибы очистить, ошпарить кипятком, промыть и нарезать на кусочки. Лук мелко нашинковать. На разогретую сковороду положить измельченный шпик и прогреть его так, чтобы вытопилось сало. В сковороду выложить грибы, лук, посолить и жарить до готовности, периодически помешивая. Эти грибы хорошо подать с отваренным картофелем либо зажарить картофель вместе с грибами.

Грибы в тесте

500 г свежих грибов, 1/2 ст. муки, 1 яйцо, 1/2 ст. молока, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу.

Грибы очистить, отрезать ножки, а шляпки промыть и отварить в малом количестве воды, вынуть из отвара и обсушить. Отвар и ножки грибов использовать для приготовления других блюд. В миску всыпать муку, добавить яйцо, соль, немного сахара, влить молоко и хорошо размешать.

В глубокую сковороду (или фритюрницу) налить растительное масло и хорошо его разогреть на сильном огне. Когда масло разогреется, огонь убавить до минимального. Вареные шляпки грибов обмакнуть в тесто и опустить в кипящее масло. Обжаренные грибы сложить в тарелку и дать стечь маслу.

Перед жаркой грибов нужно проверить, достаточно ли

нагрето масло. Для этого в масло можно бросить кусок гриба, и если не будет сильного вспенивания, фритюр хорошо прогреть.

Грибы, тушенные с картофелем

400 г грибов, 4–5 клубней картофеля, 1/2 ст. сметаны, 1 столовая ложка томата-пюре, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 луковица, соль, перец, лавровый лист по вкусу, зелень укропа

Грибы очистить, промыть и на 5–6 мин опустить в кипяток. Затем откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Нарезать грибы ломтиками, положить в глубокую сковороду, залить сметаной. В эту же сковороду добавить томат-пюре, соль, перец, лавровый лист. Поставить сковороду на средний огонь и немного (7-10 мин) потушить.

Картофель очистить, промыть, нарезать ломтиками, обжарить, смешать с шинкованным обжаренным луком и соединить с грибами. Сковороду покрыть крышкой и тушить до полной готовности всех продуктов. При подаче посыпать зеленью.

Рыбник с грибами

7-10 сухих грибов, 2,5 кг филе хека, 2–3 луковицы, 1 морковка, 200–300 г черствого пшеничного хлеба, 100 г маргарина, 3 сваренных вкрутую яйца, соль, перец по вкусу.

Грибы отварить, откинуть на дуршлаг и остудить. Затем нарезать соломкой и слегка обжарить на маргарине. Лук и морковь мелко нарезать, обжарить и соединить с грибами. В остывшую массу добавить два рубленых яйца.

Филе хека дважды пропустить через мясорубку, соединить с размоченной в грибном отваре булкой, рубленым яйцом, солью и перцем. Все перемешать.

На смазанный маргарином или маслом противень выложить половину рыбной массы, на нее положить грибную начинку и покрыть вторым слоем рыбной массы.

Запечь смесь в разогретой духовке. Готовое блюдо подать с грибным соусом.

Это блюдо обычно готовят в праздничные дни, когда в доме будут гости. Поэтому рецептура дана в расчете на 10–12 человек. По желанию рыбу можно заменить мясом, картофелем или другими овощами. Количество слоев также может быть разным, но грибы всегда внутри.

Макароны, запеченные с грибами

250 г вареных макарон, 500 г свежих грибов, 50 г сливочного масла, 1 луковица, 3 яйца, 1 ст. молока, соль по вкусу.

Грибы очистить, промыть, отварить, нарезать дольками и обжарить на сковороде с жиром и нашинкованным луком до готовности. Вареные макароны разделить на две части. Одну часть уложить слоем в глубокую, смазанную маслом сковороду, на нее положить грибы с луком, сверху ровным слоем выложить оставшиеся макароны. Взбить яйца до пены, смешать их с молоком, посолить и залить этой смесью макароны с грибами. Поставить сковороду в разогретую духовку и запекать 10–15 мин.

Грибы, запеченные в яйцах

300 г маринованных грибов, 5 яиц, 1/2 ст. зеленого консервированного горошка, 1/2 ст. растительного масла, 1 луковица, 1/2 ст. молока, перец, соль по вкусу.

Грибы вынуть из маринада, нашинковать соломкой, обжарить вместе с шинкованным луком на разогретой сковороде в течение 5–7 мин, посолить, добавить горошек. Яйца взбить до образования пены, при непрерывном помешивании постепенно влить в них молоко. Полученной смесью залить грибы и поставить их в разогретую духовку на 10–15 мин.

На стол блюдо подать горячим.

Грибная солянка

500 г грибов, 1 кг свежей капусты, 1 соленый огурец, 1 луковица, 2 столовые ложки томата-пюре, 2 чайные ложки сахара, 4 столовые ложки топленого масла, соль по вкусу, лавровый лист, 3 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 3 столовые ложки панировочных сухарей.

Капусту изрубить, сложить в кастрюлю с топленым маслом, добавить немного молока и тушить примерно 1 час. Когда капуста станет мягкой, добавить в кастрюлю томат-пюре, сахар, соль, лавровый лист и уксус.

Грибы, которые идут для жарки, для этого блюда могут быть разные. Их следует отварить, нарезать ломтиками и обжарить на масле. Добавить в грибы обжаренный лук, нарезанный кубиками огурец, соль и тушить все продукты под крышкой в течение 20 мин.

Уложить в глубокую сковороду слоями капусту и грибы. При этом нижний и верхний слои должны состоять из капусты. Сверху капусту сбрызнуть маслом, посыпать панировочными сухарями и запекать солянку в духовке в течение 1/2 час.

Белые грибы с помидорами

500 г белых грибов, 3 свежих помидора, 2 столовые ложки растительного масла, 1 луковица, 2–3 дольки чеснока, 2 столовые ложки панировочных сухарей, соль, перец по вкусу, зелень петрушки, 3 столовые ложки тертого сыра.

В крупных крепких шляпках белых грибов вырезать из середины часть мякоти. Эту мякоть и ножки грибов мелко изрубить, обжарить на масле вместе с рубленым луком, заправить чесноком, солью, перцем, панировочными сухарями.

Шляпки грибов обжарить на масле, помидоры разрезать на кружочки и также обжарить.

В сковороду уложить кружочки помидор, на них положить обжаренные шляпки грибов, заполненные фаршем.

Грибы обсыпать тертым сыром и запекать в духовке до тех пор, пока сыр не зарумянится.

Боровики, запеченные в сметане

1 кг боровиков, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, 3 столовые ложки тертого сыра, 2 столовые ложки панировочных сухарей, 1 ст. сметаны, соль по вкусу.

Грибы нарезать дольками, лук мелко нашинковать полукольцами, Сложить грибы и лук в глубокую чугунную сковороду и, добавив несколько ложек бульона или воды, тушить до готовности. Затем залить грибы сметаной, обсыпать сыром, смешанным с обжаренными в масле панировочными сухарями, и запекать в духовке в течение 5–7 мин.

Грибная бабка

1 кг грибов, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, 1 ст. панировочных сухарей, 8 яиц, 1 ст. сметаны, соль, перец по вкусу.

Лук и грибы потушить, как описано в предыдущем рецепте. Яичные желтки растереть с солью, смешать со сметаной и вылить в посуду, где тушатся грибы с луком. Затем осторожно все перемешать со взбитыми яичными белками, смешанными с сухарями, солью и перцем.

Подготовленную массу выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму, выровнять поверхность, смазать ее сметаной и запечь в духовке.

Испеченную бабку вынуть из формы, поставить на блюдо, вокруг положить нарезанные сырые овощи и зелень.

Грибы с гренками

100 г сухих грибов, 1 столовая ложка муки, 1 1/2 ст. сметаны, 1 небольшой батон пшеничного хлеба, 50 г сливочного масла, 1/2 ст. тертого сыра, 2 столовые ложки молотых сухарей, соль, перец по вкусу, несколько веточек свежей зелени

Подготовленные грибы сложить в кастрюлю, залить водой (так, чтобы она их покрыла), посолить и варить на слабом огне до готовности. Затем отвар процедить через сито, а грибы мелко нашинковать.

Отлить 1/2 стакана отвара и развести в нем предварительно обжаренную пшеничную муку. Этой мучной приправой заправить грибной отвар. Делают это так: в кипящий отвар тонкой струйкой выливают заправку и все постепенно помешивают. Когда отвар загустеет, кастрюлю снять с огня и влить в нее сметану. Смесь хорошо размешать, добавить в нее грибы, довести до кипения (но не кипятить) и снять с огня.

Батон без корок нарезать ломтиками и обжарить их с одной стороны на сковороде со сливочным маслом. Когда хлеб подрумянится, вынуть его из сковороды и положить в нее грибы в соусе. На грибы уложить гренки обжаренной стороной вниз. Смазать хлеб взбитым яйцом, обсыпать тертым сыром, сухарями, окропить маслом и запечь в духовке.

Когда сухари подрумянятся, вынуть сковороду из духовки, разрезать блюдо на порции, украсить зеленью.

Котлеты из сморчков

800 г сморчков, 50 г сливочного масла, 3–4 ломтика пшеничного хлеба, 3 яйца, 1 ст. сметаны, 1/2 ст. панировочных сухарей, 3 столовые ложки рубленого укропа, соль, перец по вкусу.

Сморчки очень тщательно промыть, чтобы не осталось песку, а затем поджарить на сковороде со сливочным маслом. Когда грибы поджарятся, их следует мелко изрубить и хорошо смешать с размоченным в молоке хлебом, взбитыми яйцами, сметаной (2–3 столовые ложки).

Из этой смеси сформовать маленькие котлетки, обвалять их в сухарях и обжарить на сковороде с маслом. Когда котлеты подрумянятся, залить их оставшейся сметаной, довести до кипения и снять с огня.

Перед подачей обсыпать котлеты рубленым укропом.

Картофельные булочки с грибами

50 г сухих грибов, 1 луковица, 50 г сливочного масла, 10 картофелин, 1 1/2 ст. пшеничной муки, 1 яйцо, соль по вкусу.

Сухие грибы сварить в подсоленной воде и мелко изрубить. Крупную луковицу мелко изрубить и обжарить на сковороде с маслом до золотистого цвета. Затем сюда же выложить грибы и обжарить их вместе с луком. 2 столовые ложки этой смеси отложить для приготовления соуса, а остальное использовать в качестве фарша для булочек.

Сварить картофельное пюре и, добавив в него муки (1/2-3/4 стакана), замесить тесто, которое поддается формовке. Выложить его на обсыпанный мукой стол и скатать колбаской диаметром 3–4 см.

Разрезать колбаску на ломтики и сформовать из них лепешки. При этом половина лепешек должна быть меньше по размеру.

На смазанный маслом противень положить большие лепешки, на них грибной фарш. Края каждой лепешки кругом подогнуть вверх и закрыть меньшими по размеру лепешками. Края аккуратно защипить, а верх смазать яйцом.

Противень с лепешками поставить в духовку и дать им зарумяниться.

Между тем приготовить соус: обжарить на сковороде 3 чайные ложки муки, размешать ее с бульоном до консистенции сметаны, добавить оставшиеся грибы с луком, довести смесь до кипения и снять с огня.

Готовые булочки облить соусом.

Колдуны с кислой капустой и с грибами

50 г сухих грибов, 200 г шинкованной кислой капусты, 2 ст. муки, 3 яйца, соль по вкусу, 1–2 луковицы.

Капусту поставить тушить с маслом. Сварить грибы, отвар процедить через сито, а грибы мелко порубить, смешать с капустой, добавить немного отвара и тушить до полного размягчения капусты.

Приготовить тесто как для пельменей из 2 стаканов муки, 1/2 стакана воды, 3 яиц, 1 чайной ложки соли.

Далее колдуны готовят так же, как пельмени. Разница состоит только в том, что колдуны имеют большой размер.

Подают готовые колдуны, обсыпанные жареным репчатым луком.

Грибной пудинг

800 г свежих грибов (или 200 г сухих), 2 луковицы, 1 ст. панировочных сухарей, 50 г сливочного масла. Для соуса: 25 г сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 1 ст. грибного бульона, 1 столовая ложка рубленой зелени петрушки, 1/2 лимона.

Грибы отварить в соленой воде, отвар слить, а грибы мелко изрубить и обжарить в глубокой сковороде с шинкованным луком, посолить, поперчить по вкусу. В эту же сковороду всыпать 2 стакана панировочных сухарей, положить кусочек масла, влить 1 стакан грибного бульона. Все хорошо перемешать, обсыпать сверху сухарями, окропить маслом и запечь в духовке в течение 20 мин. Когда пудинг запечется, переложить его на блюдо, перевернув сковороду, и подать к нему соус.

Готовят его так: на сухой сковороде обжарить муку, смешать ее с маслом и развести грибным отваром так, чтобы не было комочков. Смесь прокипятить до загустения, снять с огня, добавить рубленую петрушку и сок половины лимона.

Запеканка из свежих грибов

600–800 г свежих грибов, 100 г сливочного масла, 2 луковицы, 1 ст. сметаны (или сливок), 3–5 столовых ложек панировочных сухарей, 5 яиц, 100 г тертого сыра, соль по вкусу.

Грибы очистить, промыть, изрубить помельче, посолить, поперчить, положить в кастрюлю с маслом и предварительно обжаренным луком, накрыть крышкой и тушить 20–25 мин на слабом огне, изредка помешивая.

Затем добавить сметану или сливки, дать раз вскипеть, прибавить панировочные сухари, взбитые яйца, все хорошо перемешать и выложить в форму, обмазанную маслом и обсыпанную сухарями. Сверху посыпать запеканку тертым сыром и поставить в разогретую духовку.

К этой запеканке можно подать любой грибной соус или сметану.

В этом разделе мы сознательно не приводим рецепты разных грибных супов и многих других блюд, так как они содержатся в соответствующих разделах книги.

Ягоды и плоды

Какие ягоды самые вкусные? Этот детский вопрос мы и задали детям, ученикам четвертого класса одной из Подмосковных школ. Ответы, как и следовало ожидать, были совершенно разные. Одни называли черешню, другие клубнику, третьи вишню. Гораздо меньше оказалось поклонников красной и черной смородины, крыжовника. Роднило эти ответы почти полное отсутствие в них дикорастущих ягод. Конечно же, большинству этих школьников знаком вкус земляники, черники, клюквы, рябины. Но эти лесные гости столь редки на нашем столе и количество их так мизерно, что никакой серьезной конкуренции своим культурным собратьям они представить не могут. Сколько, например, лесной земляники съедает средний горожанин в год? Вряд ли на каждого придется даже по стакану, ну о ежевике, голубике, морошке или костянике и говорить не приходится — многие и вкуса их не знают. А жаль, ведь лесные ягоды по своему аромату, вкусу, да и целительным свойствам часто значительно превосходят огородные и садовые культуры. Кроме того, они способны широко раздвинуть рамки нашего рациона питания, сделать его более разнообразным и полноценным.

Когда-то дикорастущие ягоды в питании русских людей занимали гораздо более значительное место. Сбор ягод не был простым развлечением для детей. Этому промыслу придавалось такое же серьезное значение, как и охоте, рыболовству. Занимались ягодным промыслом в основном женщины и дети.

Собранные ягоды сушили, добавляли в разные соления, готовили из них всевозможные горячие и холодные напитки, настойки. Позднее, когда сахар стал более доступен, значительно увеличилось количество всевозможных варений, компотов, консервов из дикорастущих ягод.

Да и в наше время жители многих районов России активно собирают лесную ягоду. Особенно богаты дикорастущими ягодами Сибирь, Дальний Восток, Европейский Север. Ученые Сибирского отделения АН СССР подсчитали, что ориентировочные запасы Сибири и Дальнего Востока, например, по бруснике составляют 3 миллиона тонн, по малине — 1,5, черной смородине — 0,8, голубике и клюкве — около 0,5 миллиона тонн. В лесах и тундрах Европейского Севера урожай клюквы и брусники составляет примерно 1 миллион тонн.

Не жалуются на недостаток ягод и опытные ягодники других районов России.

Красные от земляники косогоры, душистые малинники,

клюквенные болота — не редкость для жителей Нечерноземья.

Особенно много клюквы растет на болотах Костромской, Кировской, Калининской областей.

Давайте же поближе познакомимся с ягодной кухней россиян. Основу ее составляют всевозможные сладкие блюда и напитки.

Ягодная кухня

Малиновый суп с вишневыми варениками

800 г малины, 4–6 столовые ложки сахара, 4 чайные ложки крахмала. Для вареников: 400 г муки, 1 яйцо, 1 ст. воды, 1 ст. вишен.

Малину засыпать сахаром и оставить на 2–3 час в холодильнике. Затем слить сок, а ягоды залить водой (4 стакана) довести до кипения, добавить сахар, сок и дать еще раз закипеть. Крахмал (из расчета на 1 стакан ягодного сока 2 чайные ложки крахмала), развести в небольшом количестве холодной воды, хорошенько размешать и медленно вливать в процеженный ягодный отвар, помешивая. Дать супу еще раз вскипеть.

Затем приготовить маленькие варенички из вишен, которые делаются так: из муки, воды и яйца замесить пресное тесто (вымесить его хорошо) и раскатать очень тонким пластом. На одну половину пласта — в несколько рядов по одной ягодке — разложить вишни без косточек и накрыть их другой половиной теста. Затем пальцем обжать тесто вокруг каждой ягоды и вырезать выемкой или рюмкой каждую ягодку. Полученные вареники сварить в кипящей воде. В тарелку с супом положить по несколько вареников и свежих ягод малины.

Суп из лесной земляники с клецками

1 кг земляники, 1/2 ст. воды, 100 г сахарного песка, 1,5 л молока. Для клецк: 40 г сливочного масла, 2 яйца, 1/2 ст. пшеничной муки, 1/2 ст. молока.

Землянику перебрать, выложить в миску, засыпать сахаром и оставить на 3–4 час. Образовавшийся сок слить, а ягоды залить водой и довести до кипения, но не кипятить. Затем смешать этот отвар с соком.

Приготовить клецки, как описано в разделе «Что подать к супам».

Молоко довести до кипения и сварить в нем клецки. Готовые, они всплывают наверх. Вынуть клецки из молока и положить в приготовленную землянику с соком. Туда же вылить остывшее молоко. Суп готов. Едят его холодным.

Этот суп можно сварить и из черники с добавлением корицы.

Ягодно-молочная мурцовка

200 г ягод, 300 г молока (можно сливки), 7-10 кусков белого хлеба (или черного), сахар по вкусу.

Зачерствевший хлеб (без корок) нарезать небольшими кубиками, уложить в миску, посыпать сахаром, сверху выложить ягоды и залить холодным молоком или сливками. Поставить в холодильник и подождать, пока растворится сахар.

Ягоды для мурцовки подойдут самые разные: земляника, черника, малина и др. Вместо сахара можно добавить мед. Это придает супу аромат и новый вкус.

Ягодный суп с манной крупой

200 г ягод (малина, земляника), 1 столовая ложка манной крупы, 1/3 ст. сахара, 4 ст. воды.

Отобрать крупные экземпляры ягод, засыпать их столовой ложкой сахара и поставить в холодное место (для гарнира). Остальные ягоды размять, залить водой (3 стакана), довести до кипения и оставить настаиваться 20–30 мин. Затем отвар процедить, оставшуюся густую массу протереть и соединить с отваром, добавить до нормы горячую воду, сахар и довести до кипения. В кипящий отвар всыпать тонкой струйкой манную крупу при непрерывном помешивании и варить минут 15–20. Затем положить в суп отобранные ягоды вместе с выделившимся из них соком и довести до кипения. Подавать лучше в холодном виде. При подаче можно добавить сливки.

Скорый яблочно-ягодный суп

По 300 г яблок и ягод, цедра 1 лимона, 2 чайные ложки крахмала, 2 столовые ложки сахара, сок 1/2 лимона, щепотка корицы, 1 ст. воды, 1 ст. столового белого вина.

Яблоки очистить, промыть, удалить сердцевину, мелко нарезать. Ягоды (малину, клубнику, чернику, землянику) перебрать, промыть в холодной воде и откинуть на сито. Цедру лимона натереть на мелкой терке. Затем яблоки, ягоды и цедру лимона перемешать, добавить немного воды и все это при помощи миксера взбить в пюре. Вылить в пюре оставшуюся воду и поставить варить. Когда масса закипит, снять ее с огня и добавить разведенный в вине крахмал. Для вкуса добавить в суп сахар, корицу и лимонный сок.

Этот суп хорош как в теплом, так и в холодном виде. В тарелку с таким супом можно положить 1–2 столовые ложки мороженого.

Ягоды с краснокочанной капустой

500 г ягод, 1 кг краснокочанной капусты, 40 г сливочного масла, сок 1 лимона, 2–3 столовые ложки ягодного (малиновый) сиропа или меда, гвоздика, черный молотый перец по вкусу.

Ягоды (какие есть) перебрать, промыть в холодной воде и откинуть на сито. Капусту мелко нашинковать, добавить гвоздику, перец и тушить со сливочным маслом. Как только капуста будет готова, добавить ягоды, лимонный сок, сироп или мед, все хорошо перемешать.

Кислая капуста с ягодами

500 г капусты, по 200 г брусники и красной смородины, сок 1 лимона, сахар или мед по вкусу, 50 г сливочного масла.

Кислую рубленую капусту тушить с маслом почти до готовности. Затем добавить лимонный сок, сахар или мед, ягоды брусники, все перемешать, выложить в огнеупорный горшочек и поставить в предварительно нагретую духовку. Тушить при средней температуре 15–20 мин. Затем горшочек вынуть, насыпать сверху ягоды смородины, посыпать их сахаром или полить медом и тушить еще 7-10 мин.

Яблоки, фаршированные ягодами с кислой капустой

5–6 крупных яблок, 200 г брусники, сахар или мед по вкусу, 500 г квашеной капусты, 1 луковица, 50 г сливочного масла, сок из 1 лимона, соль по вкусу.

Лук очистить, мелко изрубить, поджарить на масле, добавить капусту, 1–2 столовые ложки воды, натертое яблоко и тушить почти до готовности. Затем капусту переложить в огнеупорный горшок, добавить лимонный сок, сахар и соль, все перемешать, поставить в разогретую духовку и тушить при средней температуре 15 мин. Между тем, яблоки вымыть, не разрезая удалить из них сердцевину, начинить их брусникой, смешанной с медом или посыпанной сахаром, уложить на капусту по краям горшка и запекать в горячей духовке еще около 15 мин.

Ягодный омлет

200 г ягод, 50 г сливочного масла, 2 чайные ложки сахара, 2 столовые ложки сливок, 1 столовая ложка десертного вина.

Для омлета: 6 яиц, 1/2 ст. молока, 1 чайная ложка сахара, щепотка соли, 40 г сливочного масла (для жарки), 3 столовые

ложки сахарной пудры.

Ягоды (земляника, малина) перебрать, промыть, откинуть на сито. Затем ягоды уложить в сковородку и тушить в течение 3 мин на сливочном масле. Затем их аккуратно помешать, посыпать сахаром и тушить еще 2–3 мин. Сковороду снять с огня и облить ягоды сливками и вином.

Для омлета яйца, охлажденное молоко, сахар и соль взбить до пены. Сливочное масло растопить на широкой сковороде, вылить в нее взбитые яйца и жарить на медленном огне. Как только омлет зажарится, на половину его выложить ягоды и накрыть их другой половиной. Омлет с начинкой переложить на предварительно подогретую тарелку, посыпать сверху сахарной пудрой и сразу подать на стол.

Клубника в молочном соусе

3 ст. клубники, 2 столовые ложки творога, 1 ст. кефира, сахар по вкусу.

Очищенную и вымытую клубнику разложить в креманки. Творог растереть с кефиром, добавить по вкусу сахар и этим соусом залить клубнику. Вместо кефира можно использовать жидкие сливки.

Бруснично-яблочное желе

500 г брусники, 2 кг яблок, сахар (0,5 кг на 1 л сока), 2 л воды.

Яблоки разрезать на четвертинки, уложить в кастрюлю, добавить бруснику, залить водой и варить на слабом огне примерно 30 мин. Полученный отвар процедить через сито и перемешать с сахаром. Затем смесь вновь довести до кипения и проварить в течение 20 мин на медленном огне.

Готовое желе разлить в формочки, накрыть полотняными крышками и поставить в холодное место.

Желе из ягодного варенья

1 ст. любого варенья, 1/2 ст. сахара, 30 г желатина, 3 столовые ложки ликера или десертного вина.

Варенье залить 3 стаканами крутого кипятка, размешать и процедить через сито или марлю. Если в варенье были целые ягоды, уложить их в отдельную посуду. В процеженный сироп от варенья добавить сахар, разбухший желатин и довести до кипения, постоянно помешивая, влить вино, процедить и слегка охладить.

Ягоды разложить в розетки или формочки, залить желе и поставить в холодное место.

Суфле из ягод

1/2 ст. лесных ягод (земляника, черника, малина, клюква и т. д.), 1/2 ст. сливок, 1 столовая ложка сахарного песка.

Ягоды промыть, обсушить, протереть через сито, выложить в миску и оставить в холодильнике на 1 час. В сливки добавить сахар и взбить эту смесь в густую пену. Залить этой пеной охлажденные ягоды и все хорошо перемешать.

Подавать суфле в холодном виде.

Мусс ягодно-хлебный

1 ст. ягодного сиропа (земляничный, клубничный, клюквенный, малиновый, рябиновый), 400 г ржаного (черствого) хлеба, 1 ст. сахара, 50 г желатина, корица по вкусу

Срезать с хлеба корки и замочить их в небольшом количестве воды. Когда хлеб размокнет, добавить к нему сахар, мелко истолченную корицу, ягодный сироп и все хорошо перемешать. Желатин размочить в теплой кипяченой воде, соединить с хлебной массой и прогреть (но не кипятить), чтобы желатин растворился. Затем с помощью венчика (или лучше миксера) взбить массу до образования пышной пены и разлить ее в охлажденнные формы, которые поместить в холодное место.

Перед подачей полить ягодным сиропом.

Морс клюквенный

1 ст. клюквы, 1/2 ст. сахарного песка, 5 ст. воды.

Перебранные и промытые ягоды протереть через сито или размять деревянным пестиком. Из полученной массы отжать сок. Для более полного отделения сока к ягодной массе добавить холодную кипяченую воду. Сок до его использования хранить в холодном месте. Выжимки залить кипятком и варить на слабом огне примерно 15 мин, затем полчаса настаивать. Отвар процедить, растворить в нем сахар и смешать с охлажденным соком.

Точно так же делается морс из брусники, черной и красной смородины.

Напиток из красной смородины

500 г смородины, 3 ст. воды, сахарный песок по вкусу.

Смородину промыть, растереть деревянным пестиком, посыпать сахарным песком, залить кипятком и настаивать 20 мин. Затем протереть сквозь чистое сито или отжать через марлю, охладить и разлить в маленькие стаканчики.

Напиток из черники

500 г черники, 1 ст. воды, 1/2 лимона, сахарный песок по вкусу.

Чернику перебрать, осторожно промыть, протереть сквозь сито. Воду вскипятить с сахаром и полученным сиропом (охлажденным) залить черничный сок. Подавать в небольших стаканах. Перед подачей положить в них по кусочку лимона.

Калиновый напиток с душицей, с медом

4 столовые ложки ягод калины, 1 столовая ложка свежей рубленой душицы (или 1 чайная ложка сушеной), 3 столовые ложки меда.

Калину уложить в эмалированную посуду, раздавить деревянной ложкой и залить кипятком. Настаивать при закрытой крышке 10 мин.

Душицу также залить кипятком и настаивать при закрытой крышке свежую — 5–7 мин, сушеную — немного больше.

Затем оба настоя процедить, смешать и добавить мед.

Вместо меда можно добавить такое же количество сахарного песка.

Черничный напиток с мятой

500 г черники, 1 столовая ложка меда, 1/2 ст. сахара

Мяту залить полстаканом кипятка, дать настояться. Вскипятить 2 стакана воды с сахаром, охладить. Чернику вымыть и протереть сквозь чистое сито или марлю. Полученный сок перемешать с сиропом и процеженным настоем мяты и охладить. Подавать в холодном виде.

Рябиново-яблочный напиток с медом

5 столовых ложек рябины, 2 средних яблока, 3 столовые ложки меда, 5 ст. воды.

Яблоки промыть, нарезать мелкими кубиками (вместе с семенами), уложить в эмалированную посуду, залить крутым кипятком и настаивать примерно 20 мин.

Рябину размять и тоже залить крутым кипятком. Настаивать 10–15 мин.

Затем оба отвара процедить и смешать, добавив мед.

Можно использовать как лесную, так и черноплодную рябину.

Отвар шиповника

1/2 ст. сушеного шиповника, 5 ст. воды.

Очищенные от волосков плоды шиповника быстро промыть в холодной воде, уложить в эмалированную кастрюлю и залить кипятком. Кипятить не более 5–7 мин при слабом огне. Посуда при этом должна быть плотно закрыта крышкой. Не открывая крышки, настаивать отвар не менее 8-10 час. Затем отвар процедить через сложенную в 2–3 слоя марлю.

Очень удобно настаивать отвар шиповника в термосе. Обычно отвар заливают в термос и оставляют на ночь. Утром вместо чая или в дополнение к нему приятно выпить чашечку витаминного напитка.

Отвар из черники и шиповника

1 столовая ложка сушеных ягод черники, 2 столовые ложки сушеных плодов шиповника, 3 столовые ложки меда, 5 ст. воды.

Сушеные ягоды черники и плоды шиповника измельчить деревянным пестиком в деревянной миске, уложить в эмалированную или керамическую посуду, залить крутым кипятком и настаивать 15–20 мин. Отвар процедить, выжимки еще раз залить кипящей водой и настаивать 10 мин. Затем оба отвара соединить и добавить мед.

Кисель из клюквы с мятой

1 ст. клюквы, 1/2 ст. сахара, 1 столовая ложка крахмала, 1 столовая ложка листьев мяты (рубленых), 6 ст. воды.

Клюкву промыть и растереть деревянным пестиком. Затем в растертые ягоды добавить 2 стакана холодной воды, хорошенько перемешать и процедить. Мезгу и мяту залить оставшейся водой и варить 3–5 мин. Отвар процедить, добавить сахар, отжатый сок с водой и довести до кипения. В кипящий отвар тонкой струйкой вливать разведенный в воде крахмал и, помешивая, довести отвар до кипения. Готовый кисель охладить.

Чтобы при охлаждении по поверхности киселя не образовывалась желеобразная пенка, посыпать кисель сахарным песком.

Яблочно-облепиховый кисель

200 г яблок, 2 столовые ложки ягод облепихи, 3 столовые ложки сахара (или меда), 1 1/2 столовые ложки крахмала, 6 ст. воды.

Яблоки промыть, удалить семенные коробки и натереть. Ягоды облепихи смешать со столовой ложкой сахара и растереть деревянным пестиком. Добавить стакан воды, перемешать и отжать сок. Выжимки облепихи и семенные коробки яблок залить кипятком и варить примерно 5 мин, процедить, положить остальной сахар, яблочное пюре и довести до кипения. Крахмал развести соком облепихи и, помешивая, влить в кипящую яблочную смесь. Как только закипит, убрать с огня.

Клюквенный квас

Для приготовления этого вкусного, любимого русским народом напитка, необходимо прежде всего обратить внимание на качество клюквы: она должна быть слегка промороженной, но не замерзшей. По внешнему виду ягоды должны быть крупными, полупрозрачными, кроваво-красного цвета и мягкими на ощупь.

Клюкву надо перебрать, хорошо промыть холодной водой, уложить в эмалированную посуду и залить тройным или четверным количеством холодной воды и поставить кипятить. Во время кипения периодически выжимать ягоды деревянной ложкой или пестиком. Затем отвар процедить (лучше всего через полотно или марлю). Процеженный отвар подсластить сахаром по вкусу и дать еще раз закипеть. Сняв полученное сусло с огня, слить его в кадку (из несмолистого дерева) или в эмалированный бак, добавить нарезанные тонкими ломтиками лимоны (из расчета 1 лимон на 5 л воды). Сусло надо остудить до температуры парного молока. Затем взять дрожжи (из расчета 30 г на 5 л сусла), развести их в небольшом количестве сусла, добавить муку (1 столовую ложку на 5 л сусла) поставить эту опару в теплое место и дать ей подойти. В почти остывшее сусло вылить подошедшую опару, добавить еще немного сахару и все хорошенько перемешать. Квас оставить в теплом помещении, дав ему перебродить. Когда квас «заиграет», т. е. покроется густой пеной желтовато-серого цвета, его необходимо процедить через фланель или сложенную втрое-вчетверо марлю и разлить в прочные бутылки (из-под шампанского). Бутылки закупорить новыми, разваренными в кипятке пробками и проволокой, после чего их положить в холодный погреб или в холодильник. Напиток вполне готов через 2–3 недели. Он слегка пенится и по вкусу превосходит

и пепси и колу вместе взятые.

Рябиновый квас

500–700 г ягод лесной рябины, 300 г сахара, 10 г дрожжей, 3 л воды.

Рябину промыть, уложить в кастрюлю и залить кипятком. Кипятить на слабом огне при закрытой крышке 25–30 мин. Затем отвар процедить, ягоды протереть, опять залить отваром и снова процедить (лучше всего через сложенную втрое марлю). В процеженный отвар добавить сахар, дрожжи. Оставить для брожения на 12–15 час, а затем перелить в бутылки. Укупорить их пробками и выдержать в погребе 2–3 недели.

Шипучка из черносмородинных листьев

600 г листьев черной смородины, 2 лимона, 1 1/2 кг сахара, 25 г дрожжей, 6 л воды.

Листья черной смородины промыть холодной водой, а затем обдать крутым кипятком. Промытые листья уложить в эмалированную посуду, добавить нарезанные ломтиками лимоны, сахарный песок и залить кипятком. Затем, дав жидкости остыть до температуры парного молока, положить в отвар разведенные в воде дрожжи и оставить часа на три. Затем шипучку процедить, можно разлить по бутылкам и уложить их на лед или в холодильник. Через 10–12 дней шипучка готова.

Желе

Земляничное желе

500 г земляники, 300 г сахара, 2 1/2 ст. воды, 15 г желатина, сок 1 лимона, 1 1/2 ст. белого вина, 1 1/2 ст. густых сливок, ванилин по вкусу.

Размешать в кастрюле 1 1/2 стакана воды и 200 г сахара, довести смесь до кипения, всыпать в нее 400 г земляники и прокипятить 2–3 мин. Вылить компот в миску, плотно закрыть крышкой и дать настояться 1,5–2 час. Настой процедить через салфетку и смешать с желатином, разведенным стаканом теплой воды. Затем влить в кастрюлю лимонный сок, белое вино и хорошо перемешать. Отлить немного смеси в форму для желе и поместить ее в холодильник. Между тем, оставшуюся землянику осторожно смешать со 100 г сахара. Когда желе в форме застынет, на него уложить слой ягод, залить его смесью, снова поставить в холодильник для застывания и так до тех пор, пока форма не будет полностью заполнена.

Форму с готовым желе опустить на 10–15 сек в горячую воду, затем выложить желе на тарелку и украсить взбитыми сливками с ванилью.

Малиновое желе

300 г малины (или 1 ст. малинового сиропа), 15 г желатина, 2 1/4 ст. воды, 200 г сахара

Отжать из малины сок, процедить его и вылить в кастрюлю. Желатин развести в 3/4 стакана теплой воды, добавить к нему сахар, 1 1/2 стакана воды. Поставить смесь на огонь и, когда вода закипит, влить в нее малиновый сок, снять с огня. Залить смесь в охлажденную форму и поставить на холод.

Клюквенное желе

1 1/2 ст. клюквы, 17 г желатина, 3 ст. воды, 150 г сахара, ванилин по вкусу.

Желатин растворить в 3/4 стакана воды, добавить в него ваниль, сахар, хорошо перемешать и процедить через сито. Отжать из клюквы сок и вылить его в процеженный сироп с желатином, добавить 2 1/4 стакана воды, осторожно перемешать, вылить в форму и поставить ее на холод.

Сливочное желе

3 ст. сливок, 12–13 г желатина, 3/4 ст. воды, 120 г сахара, 10–12 шт. горького миндаля, ванилин по вкусу.

Желатин растворить в 3/4 стакана теплой воды, всыпать в него сахар, ваниль, натертый миндаль и, дав вскипеть, процедить через сито. Сливки вскипятить и остудить до комнатной температуры, соединить с сиропом и, помешивая, остудить. Залить массу в форму и поставить на холод.

Шоколадное желе

Плитка шоколада, 13 г желатина, 3/4 ст. воды, 3 ст. сливок, 60 г сахара, ванилин по вкусу.

Желатин растворить в теплой воде, добавить в него 3 стакана сливок, плитку тертого шоколада, ванилин, сахар, довести смесь до кипения и процедить сквозь сито, помешивая, остудить. Заполнить массой форму и поставить ее на холод.

«Куриное гнездо»

(сладкое кушанье для пасхального стола)

5 яиц, 230 г незастывшего сливочного желе, цукаты из апельсиновых и лимонных корок.

С тупого конца яйца проделать отверстие диаметром 1 см, с острого конца яйцо проколоть иглой. Выпустить из скорлупы белок и желток и промыть ее холодной водой. Белок и желток использовать для приготовления других блюд.

Приготовить смесь для сливочного желе и дать ей остыть, непрерывно помешивая. Затем аккуратно заполнить этой смесью яичные скорлупки. Прокол скорлупы с острого конца замазать хлебным мякишем. Тупым концом вверх поставить яйца в холодильник и оставить их там на 7–8 час (лучше на ночь).

Когда желе застынет, осторожно снять скорлупу и уложить «яйца» на тарелку. Вокруг них уложить «сено» из тонко вырезанных полосок цукатов.

При желании «яйца» можно сделать разноцветными. Для этого скорлупу нужно заполнить шоколадным, клюквенным или любым другим желе.

Муссы

Яблочный мусс

650 г яблок, 3/4 ст. сахара, лимонная кислота на кончике ножа, 1 ст. воды.

Яблоки поздних сортов хорошо промыть, удалить из них сердцевину и нарезать дольками. Сложить дольки в кастрюлю, залить водой и нагревать на слабом огне до тех пор, пока они не станут мягкими. Размягченные яблоки вынуть из кастрюли и горячими протереть через сито или провернуть на мясорубке. К протертым яблокам добавить сахар, лимонную кислоту, массу взбить до получения пышной пены. Разложить мусс в чашки или креманки и охладить.

К готовому муссу подать охлажденное кипяченое молоко.

Медовый мусс

1 ст. меда, 10 яичных желтков, 450 г сливок.

Яичные желтки растереть до получения однородной массы, постепенно добавляя в них мед. Смесь поставить на слабый огонь и, непрерывно помешивая, довести до загустения, снять с огня и охладить. Заранее охлажденные сливки взбить до получения пышной пены и соединить с охлажденной яично-медовой смесью. Готовый мусс разложить в чашки или креманки и охладить.

Клюквенный мусс на манке

150 г свежей клюквы, 3/4 ст. сахара, 1/2 ст. манной крупы, около 3 ст. воды.

Ягоды перебрать, промыть холодной водой, положить в кастрюлю и размять ложкой или толкушкой. Ягодную массу переложить на марлю, отжать через нее сок и поставить его в холодильник. Выжимки залить кипятком и прокипятить на слабом огне в течение 3–5 мин.

Полученный отвар процедить через марлю и добавить в него сахар. Посуду с сиропом поставить на огонь и, когда сироп закипит, постепенно всыпать в него манную крупу, постоянно помешивая. Когда сварится манная каша, снять посуду с огня, влить в нее клюквенный сок и взбить миксером до получения однородной пористой светло-розовой массы. Эту смесь разложить в вазочки и поставить их в холодильник до застывания. К муссу

подать молоко или сливки.

По этой технологии можно приготовить мусс с любыми фруктами.

Пудинги

Петербургский яблочный пудинг

10 яблок, 1? ст. сметаны, 5 яиц, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки сахара,? лимона, 1 ст. фруктового варенья, 30 г сливочного масла.

Яблоки промыть, удалить сердцевину и выложить их в смазанную маслом форму. Вместо сердцевины залить в яблоки фруктовое варенье. Желтки отделить от белков и растереть их с сахаром, натертой цедрой лимона, мукой и сметаной. В эту массу добавить взбитые в пену яичные белки. Полученной смесью залить яблоки. Форму поставить в духовку и запечь пудинг при слабом огне до готовности.

Запеченный пудинг вынуть из духовки, освободить от формы, нарезать красивыми кусками и выложить их на круглое блюдо. К пудингу можно подать фруктовое варенье или охлажденное кипяченое молоко.

Пудинг из блинчиков с крыжовником

4 яйца, 1 чайная ложка соли, 3 ст. молока.

Для сиропа: *600 г незрелого крыжовника, 1? ст. сахара, 3 ст. воды Для блинчиков: 3 яйца, 1 чайная ложка соли, 1? ст. молока, 1 ст. муки, 1? ст. воды.*

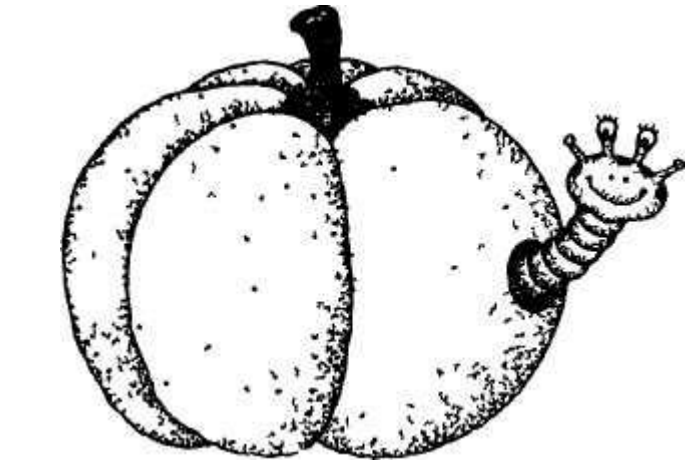
Крыжовник очистить, промыть, залить кипятком и оставить настаиваться под крышкой в течение 30–40 мин.

Сварить сироп из стакана сахара и стакана воды, положить в него ягоды крыжовника и варить их до размягчения, затем охладить.

Испечь тонкие блинчики. На каждый блинчик положить ягоды крыжовника и завернуть его «конвертиком». Блинчики сложить в глубокую, смазанную маслом форму.

Смешать 4 яйца с солью и хорошо взбить. Разбавить тремя стаканами молока и этой смесью залить блинчики. Форму поставить в разогретую духовку и запечь до загустения яичной массы. Если сироп из крыжовника окажется жидковат, в него следует добавить 1 чайную ложку картофельного крахмала.

ВСЯКОМУ ОВОЩУ — СВОЕ ВРЕМЯ



Сказать об овощах, что они очень широко используются в нашем питании, все равно, что не сказать ничего. И в самом деле, овощи — это гарниры к мясным и рыбным блюдам, начинки в пироги, салаты и винегреты, самые разнообразные соусы, сладкие блюда, напитки. Ну, а кроме того, существует масса самостоятельных кушаний из овощей, вспомним, например, всевозможные солянки, голубцы, запеканки, поджарки, котлеты и т. д. Короче, скажем так, без некоторых продуктов, будь то мясо, молоко, рыба, яйца прожить как-то можно, что, кстати, уже многие столетия экспериментируют вегетарианцы, монахи и прочие представители различных школ, религий, течений, ограничивающих свое питание. Можно назвать даже целые народы, которые исключают из рациона отдельные продукты: китайцы не едят молоко, иранцы отказываются от бутерброда с зернистой икрой и т. д. Но вряд ли отыщется народ или религия, которые бы наложили вето на овощи. И это не случайно, ведь именно овощи и фрукты скорее всего составляли изначальную пищу человека, а уж потом в меню попали мамонты, волы и прочие мясомолочные и рыбные продукты.

О происхождении, пищевой ценности некоторых, наиболее употребляемых в нашей стране овощей мы рассказывали в соответствующих разделах книги. Здесь же более подробно остановимся на овощной кулинарии как таковой.

Прежде всего, любые овощи перед кулинарным использованием необходимо хорошо вымыть, независимо от того, будете вы очищать их от кожицы или нет. Это залог тщательной очистки овощей.

В капусте иногда можно обнаружить гусениц. Чтобы их

удалить, капусту кладут в холодную подсоленную воду. После того, как гусеницы всплывут, капусту следует еще раз хорошо промыть.

Репчатый лук очищают от сухих листьев и, срезав донцы и завязь, промывают в холодной воде.

У тыквы, кабачков и баклажанов срезают ростки и тонкий слой кожицы. При этом у молодых кабачков и баклажанов кожицу лучше не срезать. Разрезав тыкву пополам, из нее ножом удаляют семена.

Без семян используют в кулинарии и стручковый сладкий перец. Зеленый салат, крапиву, щавель, шпинат, а также прочую зелень необходимо промывать особенно тщательно, так как после небрежной мойки на них остается песок. Лучше всего их мыть, опуская и вынимая в емкости с водой. Песок при этом остается на дне емкости.

Не следует мыть свежезамороженные овощи. Перед использованием их необходимо отварить в кипящей подсоленной воде.

После очистки и промывания овощи нарезают. Иногда, особенно, если речь идет о молодых овощах, их варят, жарят или тушат целиком. Но, как правило, овощи перед тепловой обработкой нарезают. Многие не придают особого значения этой операции, считая, что от правильности нарезки мало что зависит. А между тем, когда в рецепте вы встречаете указание, как именно нужно измельчить те или иные овощи, следует их выполнять. Ведь правильная нарезка — это залог того, что овощи сварятся и прожарятся за указанное в рецепте время и, что самое главное, разные их виды достигнут готовности одновременно. Кроме того, совсем не безразлично, сколь эстетично овощи будут выглядеть после тепловой обработки.

Профессиональные повара применяют самые разные виды нарезки. Мы же здесь опишем только наиболее «ходовые» из них.

Вначале о так называемых простых видах нарезки — соломке, брусочках, кубиках, кружочках, ломтиках, дольках, шашках, кольцах и полукольцах. Так нарезают обычно картофель, корнеплоды (морковь, свеклу, сельдерей, петрушку), репчатый лук, капусту.

Соломка. Нарезают тонкие пластинки, а их разрезают на полоски. Обычно соломка имеет сечение 2х2 мм и длину 4–5 см.

Соломку из картофеля используют для жарки во фритюре, корнеплоды и капуста входят в состав супов, витаминных салатов.

Брусочки. Это та же соломка, но толще. Картофель нарезают сечением 7х7 мм, корнеплоды — 4х4 мм. Картофельные брусочки

идут для жарки во фритюре на гарнир к филе, бифштексу, антрекоту, жареной рыбе, а корнеплоды — для бульонов с овощами.

Кубики. Их нарезают из брусочков. При этом в зависимости от вида овощей и назначения режут крупные кубики (картофель), средние (картофель и корнеплоды) и мелкие (корнеплоды и репчатый лук). Величина ребра кубиков колеблется от 1–2 см до 1–2 мм.

Крупные картофельные кубики используют для супов. Кубики из моркови — для овощного рагу, гарнира к разным блюдам, из зелени петрушки, укропа — для посыпки первых, вторых блюд и салатов.

Кружочки. Обычно их получают из овощей, имеющих продолговатую форму (моркови, петрушки, сельдерея). Им придают форму цилиндра и уж потом нарезают кружочки. Лучше подбирать овощи одинакового размера. Диаметр кружочка зависит от величины корнеплодов. Их используют для крестьянского супа, украшения заливных блюд.

Дольки. Овощи разрезают на четыре, шесть и более частей в зависимости от величины и кулинарного назначения.

Как правило, дольки картофеля бывают не более 5 см, корнеплодов — 3 см. Сырой картофель кладут в суп, а обжаренный на сковороде используется для гарнира к рагу и духовой говядине.

Шашки или квадратики. Так режут белокочанную капусту для щей, флотского борща, крестьянского супа. Для этого капусту разрезают на две или четыре части, а из каждой части нарезают кусочки в виде квадратов размером 3–3,5 см.

Кольца и полукольца. Репчатый лук и лук-порей нарезают поперек оси на кружки, которые разделяют на кольца. Полукольца нарезают из половинок луковицы. Используют такой лук для жарки во фритюре (обваляв его предварительно в муке), к жареной ветчине, печени, рыбе, как гарнир к сельди, шашлыку, люля-кебабу и т. д.

Кроме простых видов нарезки применяется также фигурная нарезка или, как ее еще называют профессионалы, карбование. Это различные звездочки, шестеренки, гребешки. Чаще всего так нарезают морковь и петрушку для гарниров к заливной рыбе, маринадов, украшения салатов и вторых блюд.

Для звездочек и шестеренок на корнеплодах делают ножом бороздки (одинаковой глубины и ширины) и нарезают из них поперек оси пластинки.

Когда хотят получить гребешки, то, сделав такие же бороздки, как для звездочек и шестеренок, овощи разрезают

вдоль, а каждую половинку режут ломтиками наискось.

Для некоторых блюд и оформления банкетных закусок картофель и морковь обтачивают в форме бочонков, орешков, шариков. Делают это либо маленьким ножом, либо специальной выемкой.

Ну а теперь кратко остановимся на важнейших видах тепловой обработки овощей.

Варят овощи в воде и на пару. При этом воду в зависимости от вида овощей подсаливают либо в начале, либо в конце варки. Так, чтобы не ухудшить вкус свеклы и моркови, их не следует при варке класть в подсоленную воду. Обязательно следите, чтобы вода покрывала овощи на 1–1,5 см. Однако не следует наливать и чрезмерно много воды. В этом случае из овощей вымывается больше витаминов и минеральных веществ.

А вот зеленые овощи (стручки бобовых, шпинат, зеленый горошек), наоборот, лучше варить в большом количестве воды и в открытой посуде при сильном кипении. Это необходимо для того, чтобы они не потеряли свою окраску.

Свежезамороженные овощи кладут в кипяток без предварительной разморозки.

Кастрюли для варки овощей должны быть из нержавеющей стали либо с эмалевым или тефлоновым покрытием. Это сохранит витамин С. Кстати, он значительно лучше сохраняется, если овощи варят на пару, а не в воде.

Довольно часто используется и такой способ тепловой обработки овощей, как припускание. Припускают морковь, репу, помидоры, тыкву, кабачки. Если варят овощи в основном целыми или крупно нарезанными, то припускают их после измельчения в форме долек, кубиков, соломки.

Количество воды, бульона или молока, которые добавляют в кастрюлю при припускании, зависит от водянистости овощей. Так морковь, капусту, свеклу припускают с добавлением 0,2–0,3 л жидкости на 1 кг овощей, а кабачки, помидоры, тыкву — вообще без воды. Посуду, где припускают овощи, накрывают крышкой.

Многие овощные блюда готовятся способом тушения. Тушат картофель, свежую и квашеную белокочанную капусту, корнеплоды, кабачки, тыкву и др. Капусту при этом нарезают соломкой и закладывают для тушения сырой. Картофель, кабачки, тыкву для сохранения формы предварительно обжаривают на сковороде, белые коренья и морковь пассеруют.

В качестве жидкой основы при тушении используют душистые бульоны, сметану, соусы.

Наиболее жестким способом тепловой обработки овощей является жарка. Жарят их обычно сырыми на сковороде с жиром

или во фритюре. В качестве фритюра используют смесь одной части растительного масла и двух частей кулинарного жира. Лучшим считается соотношение жира и овощей — 4:1.

Хорошо подвергаются овощи и запеканию. Как правило, их предварительно жарят, варят или тушат. Предназначенные для запекания овощи укладывают в смазанную жиром сковороду или специальную форму, сверху обливают сметаной, соусом или маслом, обсыпают толчеными сухарями или тертым сыром. Духовку для запекания в ней овощей разогревают до температуры 250–280 °С.

Учитывая, что в рецептах мы не приводим, как правило, время, необходимое для достижения кулинарной готовности тех или иных овощей, советуем, если возникнут затруднения, заглянуть в следующую таблицу, составленную автором учебника по кулинарии Л А. Масловым.

Время приготовления различных овощей

Наименование овощей	Наименование тепловой обработки	Продолжительность тепловой обработки, мин
1	2	3
Картофель неочищенный (в мундире)	Варка в воде	30
Картофель очищенный целый	То же	30
Картофель молодой очищенный целый	То же	10-12
Картофель, нарезанный кубиками	Варка в молоке	20
Картофель очищенный целый	Варка на пару	45
Картофель отварной, нарезанный ломтиками	Жарка основным способом	10-12
Картофель сырой, нарезанный ломтиками	То же	15-20
Картофель сырой, нарезанный брусочками	Жарка во фритюре	5-8
Картофель сырой, нарезанный соломкой	То же	3-5
Свекла в кожице	Варка в воде	90
Морковь в кожице	То же	25

Морковь, нарезанная ломтиками или кубиками	Припускание	20
Морковь, нарезанная соломкой	Пассерование	10-20
Капуста белокочанная, целые кочаны	Варка в воде	30-50
Капуста белокочанная, целая для голубцов	Варка в воде	20-25
Капуста белокочанная, нарезанная соломкой	Тушение с уксусом	1 ч 30 мин
Капуста цветная, целые кочаны	Варка в воде	20
Репа, нарезанная кубиками	То же	15
Репа, нарезанная кубиками	Припускание	25
Репа, нарезанная соломкой	Пассерование	12-15
Зеленые стручки фасоли	Варка в воде	8
Горошек зеленый сушеный	То же	1 ч 45 мин
Шпинат, щавель свежие	Припускание	8-12
Лук репчатый, нарезанный соломкой	Пассерование	15-20
Лук репчатый, нарезанный кольцами	Жарка во фритюре	5-8
Петрушка, нарезанная соломкой	Пассерование	12-15
Петрушка, зелень (веточкой)	Жарка во фритюре	2—3
Кабачки, баклажаны, нарезанные кружками	Жарка основным способом	7-10
Помидоры свежие (половинки)	То же	5-7
Грибы белые	Варка в воде	20-25
" " нарезанные ломтиками	Жарка основным способом	15-20
" " сушеные	Варка в воде	90-120

Прежде чем перейти непосредственно к рецептам блюд из овощей, буквально конспективно остановимся на тех правилах, которые при их соблюдении позволяют максимально сохранить в овощах витамин С.

При варке овощи должны быть полностью покрыты водой. После закипания воды нагрев следует ослабить. Очищенные, особенно измельченные овощи нельзя хранить длительное время. Лучше не допускать полного разваривания овощей и часто их перемешивать.

Сильно разрушает витамин С и добавленная в воду питьевая сода. Готовую пищу из овощей лучше не оставлять на следующий день.

Витамин С лучше сохраняется, если варить овощи в кислой среде.

Огурцы

Свою родословную огурцы, вероятнее всего, ведут из Индии, где и сейчас можно встретить их диких родичей. Вряд ли есть точные сведения о том, когда человек начал культивировать огурцы и использовать их в пищу. Однако тот факт, что огурец изображен на фресках Древнего Египта и в греческих храмах, позволяет судить о том, что человек знает этот продукт довольно давно. Утверждают, что это знакомство длится уже 60 веков.

Из прибрежных средиземноморских государств огурцы шагнули в Европу. Однако на русскую землю они пришли скорее из Восточной Азии. Первые печатные сведения о них на Руси относятся к началу XVI века. Но уже в это время они хорошо известны русскому народу.

О том, что огурцы не были экзотикой для русского народа и охотно возделывались, свидетельствует, например, одно из руководств по земледелию XVIII века «Флоринова экономия в десяти тысячах состоящая», где говорится, что в России огурцы растут лучше, чем в других европейских местах, и в связи с этим автор счел уместным не останавливаться подробно на их возделывании.

Как и в прежние времена, сегодня огурцы занимают важное место в нашем питании практически круглый год. Правда, по своей питательной ценности огурцы уступают многим другим овощам, ведь примерно на 97 % они состоят из воды. В небольших количествах они содержат минеральные вещества, витамины. При этом более питательными являются плоды, выращенные в открытом грунте.

Диетологи считают, что свежие огурцы способствуют лучшей утилизации съеденной пищи, полезен также огуречный сок. Последний почему-то не прижился в нашем питании, между тем в сочетании с морковным он благотворно влияет на организм при ревматических заболеваниях, выводя из него мочевую кислоту.

Огуречный сок, добавленный к свекольному, усиливает его послабляющее действие. Смесь же огуречного, морковного и свекольного соков способствует выведению из организма неорганического кальция, который образуется в связи с неумеренным потреблением концентрированных крахмалов и сахаров.

Сок из огурцов окажется полезен тем, кто страдает рыхлостью десен, расщеплением ногтей, выпадением волос.

Водным настоем из зеленой кожуры огурцов протирают лицо для удаления угрей, веснушек, пигментных пятен.

Кроме того, огуречный сок сам по себе является прекрасным освежающим напитком. Но пить его нужно сразу же после приготовления, так как он быстро теряет свои питательные и вкусовые качества.

В свежем виде на русском столе огурцы используются главным образом без тепловой кулинарной обработки. Они подаются в качестве закуски, идут на приготовление салатов. Гораздо шире кулинарное применение соленых и маринованных огурцов. Кроме того, что они являются прекрасной закуской и отличным дополнением к мясу и рыбе, овощам, из них готовят всевозможные рассольники, солянки, самостоятельные кушанья.

Лук

Когда и где появился лук, сказать трудно. Ученые считают, что человек знаком с ним по меньшей мере 40–50 веков. Родиной же культурных форм лука академик Н.И. Вавилов называет Афганистан и прилегающие к нему районы. Через Ближний Восток лук проник в Египет, Грецию, а уж оттуда в Европу.

Видимо, лук занимал в древности особое место среди прочих продуктов, так как его изображения украшают старинные фрески, находят его даже в древних саркофагах. Да и чему тут удивляться, ведь невзрачная с виду луковица обладает массой достоинств и как продукт питания, и как целительное средство. Цари и простолюдины включали лук в свою меню. Луковый дух, по свидетельству Геродота, витал над строителями пирамиды Хеопса. И кто знает, воздвигли бы египтяне это грандиозное сооружение, не употребляя в больших количествах лук и чеснок. Их общеукрепляющее, противомикробное, противовоспалительное действие сберегло многие жизни строителей.

Вообще в те и даже более поздние времена луку приписывали способность отражать и даже уничтожать все враждебное. И средневековые рыцари, как и античные воины, в качестве амулета, оберегающего от смертельного исхода, под латами носили самую обыкновенную луковицу. Считалось, что даже запах лука (чеснока) способен разрушить злые чары. Вот и ели его все, кого мучили недуги, кто готовился к встрече с врагом или другим каким испытанием.

Многие объедались луком так, что это плохо кончалось. И вместо союзника лук становился врагом. Так, в древней мифологии приведена история римского рыцаря Мела, который перестраховался и «хватил» смертельную дозу лукового сока.

Ну а то, что лук способен вызывать слезы, голод и жажду, послужило тому, что у некоторых народов его запрещалось есть в праздничные дни, где не должно было быть места слезам и печали.

Чудодейственную силу приписывал луку великий целитель древности Гиппократ. Особо он выделял лук как лекарство, излечивающее от заболеваний легких. Так, при кашле Гиппократ рекомендовал снадобье, приготовленное из печеного лука со свежим растительным маслом.

А вот по утверждению Плиния, римский император Нерон имел обыкновение есть лук просто для улучшения настроения. Однако это, видимо, мало помогало жестокому правителю.

Свежевыжатый сок или кашицу из лука издавна использовали для очистки гнойных ран, нарывов, язв, что способствовало их быстрому заживлению. Кстати, эта способность лука оказывать губительное действие на гнойные и другие бактерии была подмечена многими народами.

На это целебное свойство лука указывает, в частности, один из древнейших русских лечебников «Алимма», написанный в XII веке внучкой Владимира Мономаха Евпраксией.

Увлекаясь с детства собиранием рецептов приготовления лекарств, она, даже став женой сына императора Византии Алексея Кошника, не бросила своего «хобби».

Так вот, один из рецептов этого уникального труда, сохранившегося всего в одном экземпляре, рекомендует лук именно для лечения ран. Его прикладывали к больному месту вместе с кислым тестом.

Народные травники и лечебники указывают на способность лука действовать против «прилипчивых» болезней и заразы, проникающей в помещения при эпидемиях. А луковицы, заложенные крестьянами в амбары с зерном, предохраняли последние от амбарных вредителей.

Благоприятное воздействие лук оказывает на органы пищеварения. Он способствует выработке желудочного сока, улучшает переваривание и усвоение пищи. Полезен луковый сок и при воспалительных заболеваниях кишечника, колите, геморрое, запорах. Суп из печеного лука рекомендуется есть больным диабетом. Да мало ли еще что лечит лук. Например, древние врачи рекомендовали его в качестве эффективного средства, стимулирующего рост волос. И сегодня многие предпочитают его фабричным лосьонам и бальзамам. С этой целью 1–2 раза в неделю сок или кашицу втирают в кожу головы. Кроме того, очень полезно мыть голову отваром из луковой шелухи — уменьшается перхоть, волосы становятся шелковистыми, с соломенно-золотистым оттенком. Для приготовления отвара горсть шелухи заливают стаканом воды, кипятят ее 10 мин. Моют голову при температуре отвара 40 °С.

Между прочим, сок лука входит в лучшие фирменные средства для укрепления волос. Так, широко известный лосьон «Дзинтарс» своим резким неприятным запахом обязан именно луку.

Необычные биологические и высокие вкусовые свойства лука связаны с его химическим составом. Характерный запах лука объясняется содержанием в нем летучих эфирных масел, большую часть которых составляют фитонциды. Острые сорта лука содержат большее количество эфирных масел. Кстати, с давних

времен считалось, что сладкий лук — с Востока, а горький — с Запада, длинные луковицы — более горькие чем круглые, желтые — злее белых, сырой лук острее вареного.

Так вот, именно фитонцидам лук обязан своим противовоспалительным действиям, которые так ценили и обожествляли древние.

Кроме того, в луке: 83–89 % массы составляет вода, 1,1–1,8 — белки, 0,09-0,12 — жиры, 2,26 — сахара, 8,34 — безазотистые вещества, 054-0,84 — клетчатка, 0,48-0,88 % — зола. Есть в луке соли кальция, фосфора, другие органические кислоты, ферменты, витамины (С, B_1, B_2, провитамин А) и целый ряд других веществ.

Известна ныне и причина способности лука вызывать слезы. Оказывается, виновником этого является вещество, которое называется простантиль. При растворении в воде оно выделяет сернистую кислоту, а она, в свою очередь, и раздражает слезные железы.

Всегда ценился лук за свои высокие вкусовые качества. Редкое блюдо из мяса, рыбы, овощей обходится в русской кухне без лука. Но о том, как используется лук в кулинарии, мы рассказывать здесь не станем, а тех, кто этим интересуется, адресуем к кулинарному разделу книги.

Капуста

Пожалуй, ни один другой овощ не приковывал к себе столь пристального внимания исследователей всех времен и народов, как капуста.

Философы и историки, медики и повара оставили нам многочисленные советы и даже целые монографии о магических, целебных и кулинарных свойствах капусты. Ее возникновение отражено в мифологии разных народов. Так, согласно одному из сказаний, громовержец Юпитер, трудясь над толкованием двух противоречивых изречений оракула, от страшного перенапряжения обливался потом. Несколько крупных капель пота скатились с чела отца богов на землю. Вот из этих капель и выросла капуста.

Легенда, конечно, незамысловатая, но в ней показано то почтенное отношение, которое римляне питали к этому древнему овощу. Видимо, и само слово «капуста» как-то связано с этой легендой, так как произошло оно от древнеримского «капутум», что в переводе на русский язык означает «голова».

Ученик и друг Аристотеля древнегреческий естествоиспытатель и философ, один из первых ботаников древности Теофраст (372–287 гг. до н. э.) в знаменитом труде «Исследования о растениях» довольно подробно описал три сорта капусты, которые в те далекие времена возделывали афиняне. Другой древнегреческий философ, Хрисипп (280–208 гг. до н. э.), так ценил капусту, что посвятил ей целую книгу. В ней он рассматривает влияние капусты на все органы человеческого тела.

Вообще же древние греки и римляне придавали капусте огромное значение, считая ее лекарством, излечивающим практически все болезни. Так, ей приписывались свойства уничтожать бессонницу, успокаивать головную боль, вылечивать глухоту, избавлять от различных внутренних заболеваний и т. д.

Как лекарственное средство исследовали капусту древнеримский писатель Катон Старший, врач времен Тиберия и Клавдия — Скрибоний, римский писатель и ученый Плиний Старший, древнегреческий врач Диоскорид и др.

Ценилась же капуста не только за свои целительные свойства, но и как продукт, обладающий высокими гастрономическими качествами. Ее охотно ели с солониной или ветчиной. Обычно капусту сдабривали оливковым маслом, но жирное свиное мясо давало возможность есть капусту и без масла.

Крестьяне Древнего Рима особенно любили есть капусту с

бобами и солониной. Нежные капустные кочерыжки использовались для приготовления салатов, в которые добавлялось оливковое масло и немного уксуса.

Не ослабло, а скорее усилилось внимание к капусте в средние века. Ученый, философ, врач Ибн Сина (Авиценна) значительно дополнил и во многом пересмотрел представления древних греков и римлян о целебных свойствах капусты. Ей он отвел довольно много места в своей энциклопедии теоретической и клинической медицины «Канон врачебной науки».

Не углубляясь далее в историю врачевания капустой, заметим только, что это чрезвычайно интересная область исследования и каждый, кто обращается к ней, безусловно, находит для себя много полезного и занимательного.

Многие народы претендовали на право называться родиной капусты. Так, казалось бы, очевидное преимущество итальянцев и греков в этой области оспаривают, например, грузины. По мнению профессора Г. Джапаридзе, изучавшего историю происхождения капусты, ее родиной является Колхидская низменность Грузии, поскольку именно в этих местах встречается редкое многообразие сходных с капустой растений.

В отличие от грузин, русские не претендуют на право обетованной земли для капусты. Однако известно, что славяне возделывают ее давным-давно. Во всяком случае не позднее, чем с IX века. Наиболее достоверной и распространенной считается версия, по которой попала она сначала к южным славянским племенам с греко-римскими колонистами, проживавшими в Крыму и других районах Причерноморья.

Одним из первых русских источников, в котором упоминается о капусте, можно считать «Изборник» Святослава, датируемый 1073 годом. В более поздней летописи говорится, что смоленский князь Ростислав Мстиславович в 1150 году подарил своему другу Мануилу капустник. Капустником в старые времена называли на Руси огород, где выращивали капусту. Слово «капустник» довольно часто встречается в древнерусских литературных источниках.

Огороды с капустой повсеместно окружали русские поселения. Так же, как и репа, капуста издавна служила основной пищей народа. Изобилие капусты на Руси удивляло даже видавших виды иностранцев. Так, некий Корнилий де Буин в XIII веке писал: «В Московии произрастает обыкновенная белая капуста, которой русские заготовляют большие запасы и которую простолюдины едят по два раза в день».

Не без основания можно утверждать, что «капустный центр» из Италии постепенно переместился в Россию, именно здесь она

стала поистине народным продуктом. Вряд ли какая другая кухня мира знает столько блюд, основой которых является капуста.

Но не только обилие блюд из капусты позволяет нам судить о широком ее распространении среди русских людей. Важнее другое — в меню россиян она всегда стоит на одном из первых мест. Даже сегодня, когда овощная палитра на нашем столе стала значительно разнообразнее, чем в те дремучие годы, о которых мы упоминали, те же американцы считают, что мы съедаем капусты в 7 раз больше, чем они. Это ли не подтверждение тому, что русские вполне справедливо зачисляют капусту в разряд своих национальных продуктов питания.

Знали наши предки толк и в целебных свойствах капусты. Так, старинные русские лечебники толченую капусту, смешанную с яичным белком, рекомендуют как средство, заживляющее язвы и ожоги, а людям с больной селезенкой советуют пить капустный сок. Капуста, сваренная с капустным семенем, считается средством против опьянения.

Многие целебные свойства, приписываемые капусте древними, не подтверждены современной наукой, правда, точно так же, как многие из них и не опровергнуты.

Но как бы там ни было, капуста действительно очень ценный продукт питания. Она содержит примерно 0,7 % пищевых волокон, которые улучшают моторную функцию кишечника и оказывают благотворное влияние на жизнедеятельность полезной кишечной микрофлоры. Клетчатка способствует выведению из организма холестерина, что имеет значение для предупреждения атеросклероза. В капусте есть ферменты, соли калия, фосфор, сера. В капустных листьях содержится около 25–50 % мг витамина С и незначительное количество витаминов А, В, B_2, B_6, РР, К, холина. Все это делает капусту одним из важнейших продуктов при всех видах терапии, в том числе и при лечебно-диетическом.

Следует иметь в виду, что самой полезной является сырая капуста. Салаты из нее содержат много аскорбиновой кислоты, другие витамины, минеральные вещества. В ходе тепловой (особенно длительной) обработки часть полезных веществ выщелачивается или разрушается. Это касается в первую очередь самого главного компонента капусты — витамина С. Надо знать, что во внутренних листьях кочана аскорбиновой кислоты больше, чем в наружных. В кочерыжке же витамина С больше (и значительно), чем в листьях.

В капусте содержатся фитонциды, которые оказывают антибактериальное действие, в частности, на золотистый стафилококк, туберкулезную палочку и некоторые другие

микробы. Видимо, именно фитонцидам обязан тот лечебный эффект, который имеет капуста при ее наружном применении: при лечении гнойных ран и язв, при ожогах и т. п. Свежим соком капусты, разведенным в теплой воде, полощут рот при воспалительных заболеваниях рта и горла.

Сок капусты считается высокоэффективным средством, способствующим очищению организма и снижению массы тела. В кишечнике он разлагает накопившиеся продукты гниения. Именно этим объясняется тот факт, что при употреблении капустного сока иногда пучит живот. Чтобы не случалось этого, лучше пить смесь капустного и морковного соков.

Имеющиеся в капусте минеральные соли хлора и серы очищают слизистую оболочку желудка и кишечника. Но таким свойством обладает только сок без добавления соли.

В народной медицине капустный сок употребляется при лечении опухолей, а также как эффективное средство при запорах.

В конце 40-х годов в капусте были открыты противоязвенные свойства. Оказалось, что свежий сок капусты способствует рубцеванию язв и довольно быстро приводит к улучшению состояния больных. Это объясняется тем, что в соке свежей капусты присутствует значительное количество противоязвенного витамина.

Приготовить капустный сок можно с помощью соковыжималки или мясорубки. Однако следует помнить, что полученный сок нужно выпить немедленно, так как содержащиеся в нем витамины, особенно витамин С, быстро разрушаются.

Сегодня капуста насчитывает около 150 разновидностей. Большинство культурных видов происходит из Средиземноморья и Китая. Самые древние из них — это лиственные виды, а также цветная (впервые в России о ней упоминается лишь в 1825 г.), кольраби, китайская и пекинская. Все виды капусты (кроме цветной и пекинской) — двулетние растения. В нашей стране капуста занимает около 3 % всех посевов овощей. Конечно же, львиная доля приходится на белокочанную капусту. Из прочих видов активно используются цветная и краснокочанная капуста. С такими же распространенными в мире разновидностями капусты, как брюссельская, брокколи, кольраби, пекинская наши хозяйки пока мало знакомы. А между тем включение этих видов капусты в наш рацион значительно бы его улучшило. Так, неведомая брокколи, очень популярная ныне в США, является как бы переходной формой к цветной капусте. Однако в сравнении с последней брокколи гораздо питательнее и обладает лучшим вкусом. Кулинары ее используют для приготовления супов,

гарниров и самостоятельных блюд.

Пекинская капуста широко возделывается в Китае, Японии, Корее, она богата витаминами и каротином. Розетки ее листьев используют для приготовления зеленых щей, голубцов и других блюд.

Не станем продолжать рассказ о непривычных пока для нас видах капусты. Надеемся, что они в скором времени прочно займут место на нашем столе и хозяйки по достоинству их оценят.

Блюда из капусты

Капуста тушеная

1 кг свежей (или квашеной) капусты, 30–40 г сливочного масла, 2 морковки, 1 луковица, 2 столовые ложки томата-пюре, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса (для свежей капусты), 1 столовая ложка муки, 1 столовая ложка сахара, 2 ст. мясного бульона (воды), перец (горошком), лавровый лист, соль по вкусу.

Зачистить кочан капусты, вырезать кочерыжку, мелко нашинковать его соломкой, сложить в кастрюлю, добавить бульон, лавровый лист и поставить на огонь. Лук и морковь нашинковать и обжарить на сливочном масле вместе с томатом-пюре, в конце добавить уксус. Положить овощи в кастрюлю с капустой, накрыть ее крышкой и, убавив огонь до среднего, тушить капусту до готовности, периодически помешивая.

За несколько минут до готовности заправить капусту пассерованной мукой, разбавленной бульоном с солью и сахаром.

Это блюдо чаще всего используется как гарнир к мясным и рыбным блюдам.

Фаршированная капуста

1 средней величины кочан капусты, 600 г мяса (мякоть), 100 г риса, 100 г почечного жира или сливочного масла, 4 столовые ложки томата-пюре, 1 луковица, 200 г сметаны. Для соуса: 2 столовые ложки муки, 3 ст. бульона, соль, перец по вкусу.

Из мяса, риса, почечного жира, лука приготовить фарш, как для котлет. Чтобы он был сочнее, добавить в него немного бульона и несколько кусочков льда.

У свежего кочана капусты удалить кочерыжку и опустить его на несколько минут в соленый кипяток, но не варить. Затем разобрать кочан на листья, срезая с каждого листа разветвления кочерыжки.

На середину мокрой салфетки кружком уложить ряд самых больших листьев так, чтобы края одного листа находили на края другого. Выложить на листья тонкий слой фарша (3/2 см), отступая от краев листа 2–3 см. Сверху снова положить листья, но уже меньшей величины, смазать их фаршем и т. д.

Самый верхний ряд должен состоять из сердцевины капусты, т. е. из самых маленьких листочков.

Очень осторожно с помощью салфетки собрать кочан, концы

салфетки стянуть веревочкой. Придать кочану круглую форму и оставить его в покое на 10–15 мин.

Затем, удалив салфетку, обвязать кочан тонкой ниткой (чтобы не разваливался) и обжарить на сковороде со всех сторон.

Когда кочан слегка зарумянится, облить его разогретым маслом и поставить в горячую духовку. Это необходимо для того, чтобы капуста приобрела приятный оттенок.

После того, как капуста заколеруется, переложить ее в большую кастрюлю, залить сметанным соусом, приготовленным на той же сковороде, в которой жарилась капуста. Кастрюлю накрыть крышкой, поставить в духовку (или на плиту) и тушить, периодически поливая капусту соусом.

Время тушения составляет от 45 мин до 1,5 час, в зависимости от величины кочана. Готовность капусты можно определить, проколов ее острой деревянной палочкой.

Готовый кочан вынуть из кастрюли, уложить на блюдо, освободить от ниток и полить соусом.

Капуста с молочным соусом

1 кочан капусты средних размеров, 1 л молока, 1 ст. сливок, 1/2 ст. толченых сухарей, 2 столовые ложки тертого сыра.

Свежую капусту нашинковать, обдать кипятком и положить в кастрюлю с кипящим молоком. Когда капуста размягчится, переложить ее на сковороду, обсыпать сухарями, облить сливками и, добавив сыр, запечь в духовке.

Капуста, жаренная в сухарях

1 кг капусты, 80 г сливочного масла, 1–2 яйца, 1/2 ст. муки, 1 ст. панировочных сухарей, 2/3 ст. сметаны, соль по вкусу.

Зачистить кочан, удалить кочерыжку, отварить капусту в подсоленной воде до готовности. Разобрать кочан на листья, их стебли слегка отбить. По 1–2 листа смазать сметаной, сложить в виде конверта, подогнуть края. Каждый «конверт» обвалять в муке, потом в яйцах и в сухарях. Обжарить на сковороде с маслом с обеих сторон.

Сложить все «конверты» в глубокую сковороду, облить сметаной и довести до готовности в разогретой духовке. Подавать как самостоятельное блюдо по 2–3 «конверта» на порцию.

Капуста с помидорами и мясом

400 г белокочанной капусты, 3–4 помидора, 300 г жареного

мяса (или сосисок), 2–3 картофелины, 1 столовая ложка растительного масла, 2 ст. бульона, 1 луковица, соль по вкусу.

Лук мелко нарезать, положить в глубокую сковороду и обжарить. Капусту нарезать соломкой, картофель — кубиками и добавить к луку. Влить в овощи подсоленный бульон и тушить при закрытой крышке до готовности. В конце тушения положить нарезанные дольками помидоры, кусочки жареного мяса (или сосисок) и вместе потушить несколько минут. Готовые овощи перемешать с мясом и разложить по тарелкам.

Голубцы с мясом

1 кг белокочанной капусты, 1/2 ст. муки, 50 г сливочного масла, 2 ст. сметанного соуса. Для фарша: 400 г мясного фарша, 1 ст. отварного рассыпчатого риса, 1–2 луковицы, 2 сваренных вкрутую яйца, 100 г сливочного масла, соль по вкусу.

Капусту освободить от верхних листьев и кочерыжки, опустить в кастрюлю с горячей водой и проварить 15–20 мин. Вынуть кочан из кастрюли, опустить в холодную воду, откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Готовую капусту разобрать на отдельные листья, обрезать у них окончания толстых стержней. Лук измельчить и обжарить на масле, смешать с фаршем, рисом и изрубленными яйцами, добавить немного бульона или воды для сочности, растопленное сливочное масло. Положить на каждый капустный лист фарш, завернуть листья в плотные «конверты», обвязать ниткой, чтобы «конверты» не разворачивались, обвалять в муке и обжарить с обеих сторон на масле.

Сложить обжаренные голубцы в кастрюлю, залить сметанным соусом, добавить (по желанию) томат-пюре и тушить под крышкой 25–30 мин. Готовые голубцы разложить в тарелки по два на порцию, залить горячим сметанным соусом, в котором они тушились, посыпать зеленью.

Для того, чтобы сложить голубец конвертом, поступают так: фарш кладут ближе к основанию капустного листа, берут лист за боковые стороны и заворачивают их к середине. Затем, начиная с того места, где лежит фарш, скручивают лист валиком. Середину валика перевязывают ниткой.

Капустная запеканка с фаршем

1 кг белокочанной капусты, 2 ст. бульона, 50–70 г сливочного масла, 1/2 ст. манной крупы, 2 яйца, 1/2 ст. панировочных сухарей, соль по вкусу. Для мясного фарша: 350 г мякоти говядины, 20 г сливочного масла, 1 луковица, 1 столовая ложка муки, перец,

соль, зелень. Для грибного фарша: 5–7 сушеных белых грибов или свежих шампиньонов, в остальном, как для мясного фарша. Для морковного фарша: 5–6 морковок, 1 столовая ложка сахара, 50 г сливочного масла.

Капусту зачистить, вырезать кочерыжку, нашинковать соломкой. Шинкованную капусту служить в гусятницу невысоким слоем, подлить 2 стакана подсоленного бульона, добавить масло, накрыть крышкой и тушить до готовности. Постепенно высыпать манную крупу, рассеивая ее по поверхности и помешивая капусту. Проварить массу 5-10 мин, немного охладить (до 40–50 °С), ввести сырые яйца и хорошо перемешать. Половину массы выложить на смазанный маслом и обсыпанный сухарями противень или сковороду, сверху уложить слой фарша, затем снова слой капустной массы, все обсыпать сухарями (или тертым сыром), сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

Фарши для этого блюда могут быть разные.

Для **мясного фарша:** мякоть говядины или нежирной свинины нарезать на небольшие куски (30–40 г), обжарить их с маслом, добавить бульон, душистый перец и тушить под крышкой до готовности. Приготовить мучную пассеровку, размешать ее с бульоном, в котором тушилось мясо, и прокипятить 20–30 мин. Мясо пропустить через мясорубку, добавить соль, перец, обжаренный шинкованный лук, рубленую зелень петрушки, разведенную бульоном муку и хорошо перемешать.

Для грибного фарша: сушеные грибы сварить и мелко изрубить. Отвар процедить, развести им пассерованную муку и прокипятить 20–30 мин. Грибы обжарить на сковороде, смешать с грибным соусом, посолить.

Для морковного фарша: морковь очистить, натереть на терке, сложить в кастрюлю, добавить бульон, масло и потушить под крышкой. Готовый фарш заправить сахаром и солью.

Запеканка из цветной капусты и творога

200 г цветной капусты, 100 г жирного творога, 2 яйца, 1/2 ст. тертого сыра, 20 г сливочного масла, соль по вкусу, 1/2 ст. сметаны.

Цветную капусту отварить и разобрать на соцветия. Затем мелко изрубить, сложить в миску, добавить сыр, яйца, протертый творог, посолить и хорошо взбить до однородной консистенции. Массу уложить ровным слоем в смазанную маслом форму и запечь в разогретой духовке в течение 20–25 мин.

Запеканку подавать горячей, отдельно можно подать сметану.

Репа

Репу по праву можно назвать прародительницей овощных культур, возделываемых на Руси. Когда она появилась, сказать трудно, но думается, мы не на много ошибемся, если начнем искать ее следы в период возникновения земледелия.

Издавна репа считается исконно русским овощем. Вероятнее всего, приоритет русских на нее объясняется главным образом тем огромным значением, которое играл этот продукт в питании населения Древней Руси. Репу знали еще в античные времена древние греки, но ценили ее значительно ниже, чем, например, листья свеклы. И когда в храмы приносили жертвы богу Апполону, то свеклу несли на серебряном блюде, а репу— на оловянном.

Древние персы считали репу пищей рабов. Египтяне кормили репой строителей пирамид, римляне же преуспели в выращивании огромных плодов репы. Иные экземпляры достигали пудового веса.

До появления картофеля репа была частым гостем и на столах европейских народов. Неприхотливость этой культуры позволила ей продвинуться далеко на север Европы. Известно, например, что в прошлом шведские и норвежские крестьяне жертвовали церкви десятую часть урожая репы.

Однако ни один народ так не ценил репу, как русские. До XVII века она играла на Руси ту же роль, что теперь картофель. Сеяли репу повсеместно, даже на Валааме и Соловецких островах. Участки, на которые приходились эти посевы, исстари называли репищами. О них часто упоминается в исторических хрониках и летописях, купчих грамотах.

Как уже говорилось, репа очень неприхотливая и урожайная культура. Народ по этому поводу сложил такую поговорку: «В землю крошки, а из земли лепешки».

Репа обладает прекрасной способностью к длительному хранению, поэтому она не покидала стол русского человека практически круглый год. Причем и богатые, и бедные жители, например, московского княжества ежедневно включали ее в свое меню.

До наших дней дошли пословицы: «Проще пареной репы», «Дешевле пареной репы». Зародились они именно в те давние времена, когда репа наряду с хлебом и крупами была основным продуктом питания и стоила довольно дешево.

С тех пор, как картофель прочно занял господствующее место на полях России, а было это в середине XIX века, репа постепенно

уходит с нашего стола.

Удивительно, но факт, исконно русский продукт, сотни лет кормивший все население страны, наши современники записали в разряд экзотических. Любой малыш сегодня может отличить банан от апельсина, а вот как выглядит репа, сказку о которой ему каждый день рассказывает бабушка, он не знает. Да и не всякой современной бабушке приходилось держать в руках эту «земляную лепешку».

Ни в столовой, ни в кафе, ни в ресторане не сможете вы отведать блюд из репы. Даже в современном своде всех рецептур для предприятий общественного питания, куда вошло более 1100 блюд и изделий, репа представлена всего одним рецептом.

И вовсе не «квасной патриотизм» заставляет нас писать эти строки. Дело в том, что репа обладает многими очень полезными свойствами. В ней, например, содержится до 9 % сахара. В романе «Кануны» В. Белов упоминает о деревенском деликатесе — вяленой репе. Наверняка современные дети тоже не отказались бы от этого кушанья, а многие предпочли бы его даже конфетам. Вкус вяленой репы близок к сухофруктам, но своим специфическим ароматом превосходит многие из них.

Именно репа являлась основным профилактическим средством, спасавшим многих крестьянских детей от таких болезней, как рахит, непрочные кости, плохая кровь и др. Редкий овощ сравнится с репой (ее листьями) по содержанию кальция. Вот почему сок из листьев репы рекомендуется пить тем людям, кто нуждается в кальции. В Англии, например, смесь соков листьев репы, моркови и одуванчиков считается самым эффективным средством для укрепления зубов и всех костных тканей организма.

Не обделены листья репы и калием. Сок их в смеси с соком сельдерея и моркови способствует снижению кислотности организма.

В репе и ее листьях содержатся также витамины С, РР, провитамин А (в желтых сортах). В связи с этим репа всегда была важным источником витаминов, особенно для жителей северных районов страны.

В народной медицине отвары из репы применялись как эффективное отхаркивающее и мочегонное средство. Считалось также, что они хорошо помогают от кашля при хроническом бронхите.

Кашицы из вареной репы использовали в качестве припарок при подагрических болезнях в суставах, а из жидких концентрированных отваров делали ванны.

Вот что писал более 200 лет назад о целительных свойствах

репы В.А. Левшин: «Корень репы прохладителен, отверзает утробу и довольно питателен. Сок из свежих реп, на терке истертых, выдавленный и подваренный с сахаром, составляет верное средство от цинги во рту; мазание оным опухших и кровоисточающих десен исцеляет их дня в два. От болезней грудных и кашля приготовляют из репы сильно врачующий сок следующим образом: несколько свежих реп надлежит изрезать в ломтики, и в простом, глиняном новом горшке, сделав из лучинок решетку, накласть на оную слой ломтей репных и посыпать мелким сахаром. Сверх сего слоя перегородить еще лучинками, еще накласть ломтей репы, также посыпать сахаром, и сим образом продолжать, пока горшок наполнится. Тогда, наложа крышку, по шву обмазать и поставить в печной вольный дух на ночь. На дне горшка соберется сок, которого должно по половине чайной ложки принимать по утру и в вечер.

Сок длинной репы слабит, утишает волнения во внутренностях и животную боль».

Уже одного этого достаточно, чтобы понять, каким ценным продуктом мы пренебрегаем.

Велики и кулинарные достоинства репы. Она является универсальным и очень технологичным продуктом. Ее можно варить, запекать, фаршировать и т. д.

В прошлом распространенным блюдом, особенно среди русских северян, была похлебка из репы, так называемая «репица».

Репа — очень сочный продукт, пожалуй, даже наиболее сочный из всех других клубнеплодов. Это ее свойство давно подметили в народе и широко использовали в кулинарных целях.

«Репа разваривается "до нельзя", — писал Д.В. Каншин, — и пропитывается и смешивается с тем, в чем ее варят, потому ей особенно следует отводить место при тушеном мясе, при тушеной утке и т. д., притом она впитывает сок этих мяс и служит, так сказать, коррективом при излишнем употреблении их, так как в сильно разваренном виде она легко переваривается».

Сегодня даже для многих поваров это высказывание звучит как откровение. Между тем репа действительно обладает способностью пропитывать своим соком продукт, с которым парится, жарится или тушится. Но и сама она при этом впитывает в себя сок и аромат других продуктов. Чудесно сочетается репа с копченым и соленым мясом.

В который раз приходится удивляться мудрости наших предков. Ведь при отсутствии холодильников копченое и соленое мясо употреблялось в пищу гораздо в больших количествах, чем сочное свежее. Соль сильно обезвоживает мясо и вот тут-то

сочная репа как нельзя кстати.

Некоторые хозяйки, конечно же, те из них, кто имел дело с репой, считают, что блюда, приготовленные из нее, немного горчат. Мы, правда, не разделяем это мнение, так как относим специфический привкус репы к ее достоинствам, а не к недостаткам.

Но тем, кто придерживается иного мнения, мы предлагаем воспользоваться советом, который почерпнули из старых кулинарных книг. А состоит он в следующем. Для того, чтобы удалить горечь из репы, ее рекомендуют вымыть, затем в течение нескольких минут прокипятить и после этого очистить от кожуры.

Истинно русская народная кухня знает массу самых разных блюд из репы. Это и закуски, и первые блюда, и бесконечный ряд самостоятельных вторых блюд, гарниры и даже десерты. Все они, как правило, просты в приготовлении и не требуют для этого много времени.

Блюда из репы и брюквы

Репа фаршированная

8 корней репы, 1/3 ст. тертого сыра, 30 г сливочного масла, 1/2 ст. сметаны или сметанного соуса. Для фарша: 1/2 ст. риса, 1 луковица, 1 яйцо, пучок зелени петрушки.

Репа должна быть средних размеров. Очистить репу от кожицы и ножом сделать круговой надрез (у верхушки) до половины толщины плода. Положить репу в кастрюлю, залить холодной водой так, чтобы она ее покрывала, и сварить до мягкости. Пока варится репа, приготовить фарш: рис перебрать, промыть, дать стечь воде и обсушить. Очищенный репчатый лук мелко нашинковать, обжарить на масле в глубокой сковороде или широкой кастрюле, добавить рис и, помешивая, все вместе обжарить в течение 10 мин. Затем влить 1–1,5 стакана отвара репы, сковороду накрыть крышкой, довести рис до готовности. В готовый рис добавить вареное рубленое яйцо, рубленую зелень петрушки и хорошо перемешать. Вынуть репу из кастрюли, остудить, удалить ложкой сердцевину, оставляя тонкие стенки. Заполнить репу фаршем, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

Подавать репу на стол со сметаной или сметанным соусом.

Репа под соусом

8 корней репы, соль по вкусу. Для соуса: 4 яйца, 1 столовая ложка сахара, 1 ст. сливок.

Репу очистить от кожицы, нарезать кубиками и отварить в несоленой воде. Откинуть вареную репу на дуршлаг, дать отвару стечь.

Приготовить соус: отделить желтки от белков. В маленькую кастрюльку вылить желтки, растереть с сахаром, добавить сливки. В большую кастрюлю налить немного воды, довести воду до кипения и поместить в нее маленькую кастрюлю со смесью. Непрерывно помешивая смесь, довести ее до загустения, а затем хорошо взбить. Добавить взбитые белки. Отварную репу уложить на тарелки и залить соусом. Это блюдо имеет самостоятельное значение, либо используется как гарнир к отварному языку.

Пюре из репы

8-10 корней репы, 30–40 г сливочного масла, 1 ст. молока или сливок, 1/2 ст. панировочных сухарей, 2 яйца, 1/2 ст. сметаны, соль по вкусу.

Репу (брюкву) очистить, положить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить до полного размягчения. Истолочь вареную репу толкушкой, добавить масло, молоко или сливки, сухари, яйца и все хорошо перемешать.

Готовое пюре уложить на сковороду ([или в порционные керамические миски), смазать сметаной и запечь в духовке 10–15 мин.

Использовать как самостоятельное блюдо (подав соус по вкусу) либо как гарнир к мясу, рыбе.

Брюква с горошком

600–700 г брюквы, 50 г сливочного масла, 1 ст. зеленого горошка, 1 ст. сметанного.

Брюкву очистить от кожицы, нарезать кружками толщиной около 2 см, сделать в них с одной стороны кольцевые надрезы. Кружки брюквы уложить в кастрюлю, залить водой и варить до готовности. Осторожно ложкой вынуть середину из кружков брюквы. Должны получиться широкие стаканчики. Стаканчики посыпать солью, полить маслом и запечь в духовке до образования светлой корочки. Запеченные стаканчики поставить на блюдо, уложить в них зеленый горошек, полить сметанным соусом или сливочным маслом. По желанию сметанный соус можно заменить тем, который больше нравится.

Брюква жареная

1 кг брюквы, 1 столовая ложка муки, 1 ст. сметаны, соль, перец по вкусу, рубленая зелень укропа или петрушки.

Брюкву очистить, сварить до полуготовности, нарезать кружочками толщиной в палец, посыпать солью, перцем, обвалять в муке. Подготовленную брюкву обжарить на хорошо прогретой сковороде со сливочным маслом с обеих сторон. Обжаренную брюкву в той же сковороде поставить в разогретую духовку и довести до готовности. За 5 мин до окончания запекания залить брюкву сметаной. Перед подачей на стол обсыпать брюкву рубленой зеленью.

Брюква, фаршированная творогом

700–800 г брюквы, 300–350 г жирного творога, 1/2 ст. манной

крупы, 2 яйца, 2 столовые ложки сахара, 40–50 г сливочного масла, 1/2 ст. сметаны, соль по вкусу.

Подготовленную брюкву сварить до готовности, вынуть из кастрюли и остудить. Каждый корень разрезать пополам, вырезать ножом или ложкой углубления так, чтобы получились чашечки. Приготовить фарш: творог протереть, смешать с манной крупой, сахаром, яйцами и мелко нарубленной мякотью брюквы. Добавить половину нормы масла, посолить по вкусу и хорошо перемешать. Заполнить фаршем чашечки, сбрызнуть маслом и запечь в духовке. Отдельно в соуснике подать сметану.

Брюква с медом и орехами

700–800 г брюквы, 50 г сливочного масла, 120–150 г меда, 3–4 столовые ложки толченых орехов.

Подготовленную брюкву мелко нарезать кубиками. Сложить в глубокую сковороду или керамические горшочки, добавить немного бульона или воды, масло и тушить под крышкой в духовке до полуготовности. Незадолго до окончания тушения добавить мед и довести до готовности. Перед подачей посыпать поджаренными толчеными орехами.

Картофель

Лекарство от всех болезней и яд, истребляющий насекомых, табак для трубки и универсальное удобрение, сырье, из которого можно приготовить хлеб, крахмал, пудру, масло, вино, дрожжи, шоколад и еще массу самых разнообразных кушаний — не правда ли, заманчиво узнать, что же это за чудо. Оказывается, нет ничего проще, ведь речь идет о самом обыкновенном картофеле.

Такая сногсшибательная реклама понадобилась для того, чтобы популяризировать картофель среди населения.

Сегодня в это трудно поверить, но оказывается, были времена, когда о картофеле не знали не только в России, но и в просвещенной Европе. Первые клубни картошки испанские мореходы привезли к себе на родину примерно в 1570–1580 гг. Доставили они их из Южной Америки, где картофель был одним из основных продуктов питания местных жителей, обитавших в Андах. Ныне это Боливия, Перу, Чили. Казалось бы, такой ценный продукт должен был быстро пробить себе дорогу на стол европейцев. Однако этого не произошло. Повсеместно население встречало новый продукт с недоверием. И потребовалось около полутора столетий, чтобы народы Западной Европы (Австрия, Германия, Нидерланды, Франция, Англия) привыкли к картофелю. В России же это произошло гораздо позже.

Даже неурожайные голодные годы, которые не были редкими для Европы в ту пору, не сделали неприхотливый и плодовитый картофель популярным в народе. Правители же многих стран, видя в новом продукте панацею для решения продовольственной проблемы, прибегали к принудительным, а порой даже жестким мерам по распространению картофеля. Особенно этим отличались прусские кайзеры Фридрих-Вильгельм I и Фридрих Великий.

Но, как известно, палкой любви не добиться. То, что не смогли сделать сильные мира сего методами принуждения, удалось пионерам-популяризаторам, разбросавшим зерна знаний в народные массы, где они и дали прекрасные всходы. В ряду многочисленных имен этих просветителей первое место, безусловно, занимает испанец Педро Чеза де Леон. Он довольно основательно для своего времени изучил Перу и выпустил в Севилье книгу, которую назвал «Хроника Перу». Именно из этой книги европейцы впервые узнали о картофеле. «Папа, — писал Педро в своей книге, — это особый вид земляных орехов. Будучи сварены, они становятся мягкими, как печеный каштан… Они покрыты кожурой, не толще кожуры трюфеля». Автор поведал и о

торжественном празднике, который индейцы устраивали по случаю сбора урожая картофеля.

Итак, имя того, кто первым из европейцев описал картофель, известно. К сожалению, этого нельзя однозначно сказать о том, кто его впервые привез в Европу. Долгое время им считался английский вице-адмирал Френсис Дрейк, командовавший, как известно, пиратской флотилией.

На статуе, воздвигнутой знаменитому мореплавателю в честь этого события, сделана такая надпись: «Сэр Френсис Дрейк, ввезший картофель в Европу в году 1580».

Однако со временем эту версию пришлось отбросить. И даже сами англичане в своей энциклопедии пишут, что Дрейк не мог привезти картофель в Европу, так как его корабли никогда не подходили к берегам Перу.

Как и всякая небылица, легенда о Дрейке и картофеле обросла различными подробностями. Так, утверждалось, что адмирал подарил привезенный им картофель своему ученому другу Герарду, который будто бы угостил жаренной в масле картофельной ботвой членов английского парламента. Рассказывают также, что именно в этот момент ученого осенило, и он тем же дегустаторам предложил уже жареные клубни.

Не менее популярной была также версия, согласно которой картофель уже из Вирджинии в Англию привез впервые некий сэр Вальтер Ромеф. Британская энциклопедия развенчала и эту легенду, ведь в те времена в указанных краях картофель еще не был известен.

Многие исследователи считают, что первым человеком, доставившим картофель в Европу, был монах Иероним Кордан. Вполне вероятно, что именно он в 1580 году опустил на землю Испании первую корзину с неведомым овощем, которому суждено было покорить больше народов, чем любому полководцу. Но не будем догматиками, возможно, время подбросит нам новую версию.

Как уже упоминалось ранее, картофель пробивал себе дорогу довольно трудно. Истории известна масса забавных подробностей из этой области. Так, во Францию картофель был завезен в 1616 году, но только во второй половине XVIII века его стали выращивать для употребления в пищу. Толчком же к этому послужили следующие события. В 1769 году страна переживала сильный голод из-за неурожая хлеба. Тому, кто найдет достойную замену этому бесценному продукту, была обещана большая награда. Обладателем этой награды стал парижский аптекарь Антуан Огюст Пармантье. Он указал способ получения крахмала из растений, которые раньше для этой цели считались

непригодными. Крахмал этот использовали для приготовления каши.

Однако народному горю это открытие помогло мало. Да и сам изобретатель, видно, не совсем был доволен им, так как продолжал поиск новых съедобных продуктов. Наконец его труд увенчался успехом. Он нашел то, что искал. Пармантье стал настойчиво пропагандировать картофель, но народ с недоверием относился к «ядовитой иноземной ягоде».

Тогда аптекарь решил пойти на хитрость и избрал для этого очень оригинальный способ. Будучи в Париже человеком довольно известным, он был вхож к королю Людовику XVI, которого сумел склонить на свою сторону. Антуан выпросил у него участок песчаной земли под Парижем. Распахав «бесплодную» землю, естествоиспытатель вверил ей драгоценные клубни. Когда картофель зацвел, он собрал букетик картофельных цветков и преподнес их королю. Знать подняла аптекаря на смех, но король «на полном серьезе» принял букетик и даже вдел его в петлицу своего камзола. А вскоре королева появилась на большом празднике с картофельными цветами в красиво зачесанных волосах. Тут уж многим было не до смеха и высокородные модницы готовы были заплатить любые деньги, чтобы заполучить синенький букетик.

Когда картофель достиг зрелости, Пармантье приказал оцепить поле сторожами и близко никого не подпускать. И тут сработал его замысел: любопытство протоптало к полю множество тропинок. Люди хотели увидеть таинственный плод, который столь тщательно охраняется.

На виду у всех Антуан днем выкапывал картофель, а на ночь снимал охрану, якобы за ненадобностью, ведь в темноте картошку не выкопать. Ночные «гости» все же умудрялись ее выкапывать и в довольно больших количествах. Расчет оказался верным.

Урожай Пармантье собрал в присутствии самых знатных господ Франции. Затем он устроил обед, все кушанья которого были приготовлены из картофеля. Даже вино было из картофельной вытяжки.

После того, как аптекарь съел две тарелки картофеля, король на глазах у всей знати самолично отведал это блюдо.

Конечно же, такая реклама не могла не возыметь своего действия. Картофель стал быстро распространяться по стране и уже следующей весной многие французы высаживали его.

Пармантье же настойчиво продолжал популяризацию своего детища еще лет сорок подряд, пока не убедился, что картофель прочно занял свое место на столе французского народа.

Когда западно-европейские народы уже вовсю

культивировали картофель, россияне в большинстве своем обходились репой. Нельзя сказать, что наши соотечественники узнали о картофеле значительно позже многих, тех же французов. Еще Петр I прислал в Россию первую партию картофеля с наказом разослать по всем губерниям для выращивания.

Но этой прекрасной затее Петра I не было суждено осуществиться при его жизни. Не удалось провести ее в жизнь и Екатерине II. В 1765 году в Москву из Германии было выписано 57 бочонков картофеля. Медицинская коллегия с целью изыскать средство, дабы «без большого иждивения» помочь голодавшим крестьянам Финляндии, доложила Сенату в 1765 году, что лучший способ к предотвращению этого бедствия «состоит в тех земляных яблоках, кои в Англии называются потейтос, а в иных местах земляными грушами, тортуфелями и картуфелями».

Тогда же, по повелению императрицы, по всем местам империи были разосланы семена картофеля и наставления по его разведению. Контроль за исполнением этого мероприятия был возложен на местных губернаторов. Но и эта затея провалилась. Народ упорно не желал допускать на свой стол иноземный продукт.

В начале XIX века картофель был еще мало известен кулинарам России. Даже образованнейшие люди того времени относились к нему с опасением. Так, В.А. Левшин в 1810 году, признавая высокую питательную ценность картофеля, вместе с тем писал: «Сырые, только что из земли выкопанные картофели также нездоровы: надлежит оный дать выветреть и обвянуть. Врачебная сила сего растения неизвестна».

Ну, а что же говорить о простых людях. Вплоть до второй половины XIX века картофель, несмотря на грозные указы правительства, так и не занял достойного места в питании народа.

В очередной раз «высочайшими повелениями» 1840 и 1842 годов было предписано: 1) завести во всех казенных селениях общественные посевы картофеля для снабжения семенами крестьян; 2) издать наставления о возделывании, хранении и употреблении картофеля в пищу; 3) поощрять премиями и другими наградами хозяев, отличившихся в разведении картофеля.

И снова, уже в который раз, очередная картофельная кампания потерпела крах, и одной из причин этого явились те насильственные меры, которыми правительство хотело решить этот важный вопрос. На севере, в Приуралье, Поволжье России неоднократно вспыхивали крестьянские волнения, вызванные насильственным введением посадки картофеля. В историю они

вошли под названием «картофельные бунты».

Правда, объективности ради, нужно заметить, что реформа царского министра Киселева, обязавшая крестьян сажать картофель, явилась последней каплей, вызвавшей ответную реакцию народа на усилившийся гнет помещиков-крепостников. В «Хозяйственном описании Пермской губернии», где бунты 40-х годов XIX столетия были особенно сильными, можно прочитать о картофеле: «Крестьяне употребляли оный печеным, вареным, в кашах, и делают из него с помощью муки свои пироги и шаньги (лепешки с маслом, ватрушки), а в городах сдабривают им супы, готовят жарки и делают из него муку для приготовления киселей». Написаны эти строки за полвека до «картофельных бунтов».

Быстрому распространению картофеля среди широких масс населения мешали и те небылицы, которые сочиняли о «земляной груше» ревнители «старой веры» — ярые противники всего нового. Одна из них — пожалуй, самая нелепая, — утверждала, что первый куст картофеля вырос на могиле дочери мифического царя Мамерса, которая при жизни по «наущению дьявола» была распутницей. Поэтому тот, кто съест сей «дьявольский фрукт», будет подвержен греховным искушениям и попадет за это в ад.

Естественно, что подобная перспектива сводила насмарку усилия многих популяризаторов картофеля. Да и сами популяризаторы некоторыми своими советами только отталкивали народ от картофеля. Например, в одном из рецептов рекомендовалось варить картофель с добавлением… негашеной извести. Можно только догадываться, какие ощущения испытал тот смельчак, который попробовал это блюдо.

В первое время после появления картофеля в России его подавали в качестве редкого и лакомого блюда на придворных банкетах и балах. Интересно, что сначала было принято вареный картофель посыпать не солью, а сахаром. Что же, вкусы, как известно, не вечны.

Много картофеля выращено и съедено с тех давних пор. Из нежеланного гостя он превратился в полноправного хозяина на нашем столе, потеснив брюкву и репу.

В 100 г картофеля содержится примерно 16–20 г крахмала, 2 г белка, 1,2 г минеральных солей. В белках картофеля содержатся практически все аминокислоты, встречающиеся в растениях, в том числе и незаменимые.

Витамина С в картофеле содержится сравнительно мало, но так как его едят у нас довольно много, то в зимние и весенние месяцы — это один из основных источников аскорбиновой кислоты. Около 200 г молодого картофеля, сваренного «в

мундире», содержит почти суточную норму этого витамина. Плохо то, что при хранении картофеля содержание витамина С в нем постепенно снижается. Обычно к весне в его клубнях остается треть первоначального содержания витамина С.

Помимо пищевой ценности, картофель обладает и целительными свойствами. Давно он известен, например, как антицинговое средство. Очень высокое содержание в его клубнях калия позволяет использовать его в качестве мочегонного средства. Свежий картофельный сок оказывает благотворное действие при гастритах и повышенной кислотности, способствует рубцеванию язв, снижению кровяного давления.

В народной медицине сырой картофель прикладывают к пораженным участкам кожи при ожогах, экземах и других заболеваниях.

Каждый из нас неоднократно испытывал лечебное действие картофельного пара при заболеваниях верхних дыхательных путей. Маски из картофеля довольно эффективны для смягчения пересушенной или обожженной солнцем кожи лица. Для этой цели картофель варят «в мундире», очищают от кожуры, растирают со сметаной и полученную кашицу еще теплой тонким слоем наносят на лицо.

Всего несколько десятилетий после того, как картофель признали в народе, потребовалось ему, чтобы произвести настоящий переворот в русской кухне. Картофель стал продуктом, необходимым для всех слоев российского общества. Его охотно ели и богатые, и бедные. Правда, с той разницей, что для мало обеспеченных семей рабочих и крестьян, особенно в годы хлебных недородов, он становился почти единственной пищей. Недаром в народе сложилась пословица: «Картофель — хлебу подмога». Кстати, такое однообразное питание самым плачевным образом сказывалось на здоровье бедных семей и особенно — детей.

Кулинарная универсальность картофеля и хорошая сочетаемость с другими животными и растительными продуктами способствовали тому, что он стал включаться в массу первых, вторых и даже третьих (десертных) блюд. Судите сами: картофель можно варить, жарить, запекать, тушить и вообще делать с ним самые немыслимые кулинарные превращения. Мясо, рыба, молоко, грибы, овощи — блюда из них только выигрывают при добавлении картофеля.

Картофельный крахмал — неотъемлемая часть традиционного сладкого блюда русской кухни — киселя. Трудно перечислить все «специальности» картофеля в кулинарии. Пожалуй, ни один продукт не сравнится с картофелем по широте

использования в питании.

Блюда из картофеля

Картофель отварной

8-10 картофелин, 30–40 г сливочного масла или 1/2 ст. сметаны, мелко рубленая зелень, соль по вкусу.

Очистить клубни от кожуры, промыть, положить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой и варить до готовности. Воду слить, картофель разложить по тарелкам, обсыпать зеленью. Отдельно подать масло, сметану или соус,

Отварной картофель использовать как гарнир для различных блюд.

Если в кастрюлю, где варится картофель, добавить чайную ложку перца горошком, лавровый лист и другие специи, то процеженный отвар можно подать в чашках для бульона как дополнение к картофелю. Хранить отварной картофель не рекомендуется, так как он темнеет, а вкус его ухудшается,

Отварной картофель можно разрезать на дольки и обжарить на сковороде с растительным маслом. Кроме того, его можно подать с жареными грибами и луком. Для этого на блюдо кладут отварной картофель, сверху посыпают его жареными грибами и луком, вокруг обкладывают дольками свежих помидоров и зеленью.

Картофель в молоке

8-10 картофелин, 2 ст. молока, 50 г сливочного масла, соль по вкусу, зелень укропа.

Сырой очищенный картофель нарезать кубиками, уложить в кастрюлю с широким дном, залить кипятком так, чтобы вода накрывала картофель, посолить и варить на среднем огне 5-10 мин. Слить воду, залить картофель горячим молоком (или сливками), посолить и варить до готовности. Готовый картофель заправить маслом и подать как самостоятельное блюдо.

Картофельная каша со шкварками

10–12 картофелин, 2 луковицы, 150 г шпика, соль по вкусу.

Картофель отварить обычным способом, слить отвар, оставив в кастрюле примерно стакан жидкости. Растолочь картофель (прямо в кастрюле) толкушкой до однородной массы. Пока варится картофель, сало нарезать очень мелкими кубиками и

обжарить на сковороде с нашинкованным луком до получения шкварок. Смешать шкварки и лук с картофельным пюре, посолить.

Эту кашу хорошо подать с квашеной капустой, солеными огурцами и грибами, салатом из свежих овощей.

Картофель, запеченный с луком и грибами

8-10 картофелин, 5–8 свежих грибов, 1 ст. сметаны, 2 луковицы, 1/3 ст. тертого сыра или панировочных сухарей, 2–3 столовые ложки топленого масла, соль по вкусу, зелень.

Отварной картофель обсушить и нарезать кружочками. Жареные грибы измельчить и смешать с шинкованным обжаренным луком, посолить. Порционные сковороды либо форму смазать топленым маслом, уложить слой картофеля, посолить, на него — слой лука с грибами, сбрызнуть маслом и сверху положить еще один слой картофеля. Залить картофель ровным слоем сметаны, обсыпать тертым сыром или сухарями и запечь в духовке так, чтобы сыр расплавился и слегка зарумянился. Подавать либо в порционных сковородах, либо большими кусками на тарелках. К этому блюду хорошо подать также свежие овощи.

Картофель жареный

8-10 картофелин, 3–4 столовых ложки растительного масла, 60 г свиного жира, 2 луковицы, соль по вкусу, пучок зелени укропа.

Очищенный картофель нарезать брусочками и обжарить на чугунной сковороде вместе с растительным маслом и жиром. При этом картофель должен весь подрумяниться. Лук нашинковать и обжарить до золотистого цвета. Картофель разложить по тарелкам и обсыпать жареным луком.

В основном жареный картофель используют в качестве гарнира к разным блюдам.

Картофель, тушенный со сметаной

10 картофелин, 1 ст. сметаны (сливок), соль, специи, пучок зелени укропа.

Подготовленный картофель нарезать кружочками, положить в глиняные горшочки, посолить, добавить специи, залить сметаной, закрыть крышкой. Поставить горшочки в разогретую духовку и тушить до готовности. Тушеный картофель обильно посыпать зеленью и подать на стол со свежими овощами (помидорами,

огурцами, редисом и др.).

Перед тем как поставить горшочек в духовку, в него можно добавить тертый сыр.

Картофель, тушенный с помидорами

8-10 картофелин, 2 луковицы, 3–4 помидора, 1/4 ст. растительного масла, соль, пряности по вкусу, зелень.

Подготовленные клубни разрезать на 4 части и отварить. Лук нашинковать и обжарить на растительном масле, затем добавить к нему лавровый лист, соль и нарезанные дольками помидоры, вареный картофель. Накрыть посуду крышкой и тушить 7-10 мин, не помешивая. Готовый картофель подать с соусом, в котором он тушился, посыпать рубленой зеленью.

Картофель, тушенный с бараниной

10 картофелин, 600 г баранины, 1 морковка, 1 луковица, 1 столовая ложка томата-пюре (или 2 помидора), 4 столовые ложки свиного жира, соль, перец, зелень укропа.

Картофель и морковь очистить, промыть, нарезать кубиками и обжарить. Отдельно обжарить с луком нарезанную на куски баранину. Все смешать, положить в кастрюлю (или глиняные горшочки), добавить немного бульона или воды, томат-пюре (помидоры), соль, специи, накрыть крышкой и поставить в разогретую духовку. Тушить до готовности всех продуктов. Перед подачей посыпать зеленью.

Картофель, фаршированный мясом

8-10 картофелин, 2 ст. сметаны, соль, зелень петрушки или укропа. Для мясного фарша: 400 г говядины, 1 луковица, 1 столовая ложка свиного жира, соль, перец молотый (черный).

Очистить картофель и придать клубням одинаковую круглую форму. Удалить из клубней сердцевину, чтобы получились чашечки. Приготовить фарш: говядину (мякоть) пропустить через мясорубку, смешать с обжаренным шинкованным репчатым луком, посолить, поперчить. Заполнить фаршем чашечки, слегка их обжарить, затем положить в утятницу, посолить, залить сметаной и запечь в духовке. Запеченный картофель положить на блюдо, обсыпать зеленью, обложить солеными огурцами, помидорами.

Таким же способом можно приготовить картофель с грибным фаршем. Фарш готовят так: сварить белые сушеные грибы, мелко

нарубить их, добавить обжаренный на масле лук. Обжарить муку, развести ее грибным отваром, соединить с грибами и луком, хорошо перемешать.

Картофельная запеканка

8-10 картофелин, 3 сырых яйца, 2 столовые ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Для мясного фарша: *400 г свинины, 2 луковицы, 1 столовая ложка сливочного масла, соль, перец черный молотый по вкусу. Для рыбного фарша: 250 г рыбного филе, 4–5 сушеных грибов, 2 луковицы, 1 сваренное вкрутую яйцо, 2 столовые ложки сливочного масла, соль.*

Приготовить картофельное пюре. Для этого в отварной толченый картофель добавить яйца, масло, соль, все хорошо перемешать, почти взбить.

Фарши для этого блюда могут быть разные. Для мясного фарша: свинину пропустить через мясорубку, слегка обжарить, смешать с пассерованным луком, добавить соль и перец по вкусу. Для рыбного фарша: филе пропустить через мясорубку, обжарить. Репчатый лук нашинковать и обжарить с маслом. Грибы отварить, мелко порубить и тоже обжарить. Подготовленные продукты перемешать, добавив вареное рубленое яйцо, соль, перец.

Картофельное пюре (2/3 объема) выложить ровным слоем на смазанный маслом противень, сверху так же ровно разместить фарш. Оставшимся пюре заправить кондитерский мешок или шприц и нанести им орнамент на фарш, сбрызнуть растопленным маслом. Противень с запеканкой поставить в разогретую духовку и запечь.

Картофельные оладьи

10 картофелин, 2 яйца, 3 столовые ложки муки, 1/3 ст. растительного масла, 4 щепотки соды, 1 ст. сметаны, соль, перец молотый по вкусу.

Картофель очистить, натереть на терке в миску, добавить яйца, муку, соду, соль, перец. Все хорошо размешать. Раскалить чугунную сковороду, убавить огонь до среднего, влить немного масла и столовой ложкой выложить на сковороду несколько порций картофельной массы. Оладьи не должны касаться друг друга. Обжарить оладьи с обеих сторон до румяности. Таким образом использовать всю картофельную массу. Отдельно в соуснике подать к оладьям сметану или другую приправу.

Картофельные пирожки

10 картофелин, 2 яйца, 2 столовые ложки муки, 30 г сливочного масла, 1 ст. сметаны, соль по вкусу. Для фарша: 5–8 сушеных грибов, 50 г сливочного масла, 2 луковицы, соль по вкусу.

Приготовить картофельное пюре, охладить его до 60 °С, добавить сырые яйца, посолить и хорошо перемешать. Для лучшей связи в пюре добавить муку.

Приготовить фарш: сушеные грибы отварить, слить в миску отвар, промыть, нашинковать, поджарить с шинкованным луком.

Картофельную массу разделить на шарики с куриное яйцо, положить их на стол, обсыпанный мукой, и сформовать лепешки толщиной 7–8 мм. На середину лепешек положить фарш и, защипывая края, придать изделиям форму пирожков. Положить пирожки на смазанный маслом противень, смазать яйцом и выпекать в разогретой духовке. К пирожкам подать сметану. Эти пирожки можно приготовить с любым фаршем.

Картофельные ватрушки

Рецептура, как для пирожков картофельных. Для фарша: 150–200 г творога, 1 яйцо, 1 столовая ложка сахара.

Готовят ватрушки в основном так же, как и пирожки. Специфика заключается в том, что в разделанной на шарики (2–3 шарика на порцию) картофельной массе делают пестиком или скалкой углубления, которые заполняют фаршем.

Для фарша протереть творог, заправить его яйцом и сахаром.

Картофельные котлеты

10 картофелин, 1 яйцо, 2 столовые ложки муки или 1/2 ст. панировочных сухарей, 50 г растительного масла, 2 луковицы, 1/2 ст. тертого сыра, 1 ст. сметанного соуса с грибами.

Приготовить картофельное пюре, добавить в него яйцо, мелко шинкованный обжаренный лук и хорошо размешать.

Из пюре сформовать котлеты толщиной в 2 пальца и обвалять их в муке или сухарях. При этом следить, чтобы сухари не попали внутрь котлет, иначе они при жарке будут рассыпаться. Обжарить котлеты на масле с обеих сторон.

Готовые котлеты уложить на порционные сковороды (по 2 на порцию), смазанные жиром, залить сметанным соусом с грибами, посыпать тертым сыром и запечь в духовке.

Свекла

Еще за 2000 лет до н. э. ассирийцы, вавилоняне, персы уже знали свеклу как овощное и лекарственное растение. Культурное же возделывание ее началось не позднее чем за 1000 лет до н. э. Наиболее древним документом, подтверждающим это, является список растений садов вавилонского царя Меродах-Баладана (722–711 гг. до н. э.), где есть упоминание о листовой свекле.

Примерно за 500 лет до н. э., когда в Европе в пищу употребляли только вершки свеклы, в Азии уже отдавали предпочтение ее корешкам, которые оказались и сытнее, и вкуснее. Однако вскоре и европейцы стали рассматривать свеклу главным образом как корнеплод. Так, у Теофраста в его «Исследованиях о растениях» находим: «…корень… толстый и мясистый, на вкус сладок и приятен, почему некоторые едят его и сырым».

На Руси свекла известна примерно с тех же времен, что и капуста, то есть с X–XI веков. Сведения о ней встречаются в уже упомянутом ранее «Изборнике» Святослава. Предполагается, что свой славный путь по Руси свекла начала из Киевского княжества. Отсюда она проникла на новгородскую, московскую земли, в Польшу и Литву. Повсеместное распространение в России свекла наряду с репой и капустой получила в XIV веке. Об этом свидетельствуют многочисленные записи в приходно-расходных книгах монастырей, лавочных книгах и пр. А в XVI-XVII веках свекла совсем обрусела и россияне считали ее местным растением. Посевы ее продвинулись далеко на север. Так, успешно возделывали свеклу даже жители Холмогор.

Большая заслуга по распространению и культивированию столовой свеклы в России принадлежит замечательным русским естествоиспытателям, агрономам-селекционерам А.Т. Болотову и Е А. Грачеву.

Однако подлинным центром выращивания свеклы в России всегда была Украина. Об этом свидетельствует, в частности, анкетный опрос, проведенный в 1766 году. Да и сама украинская кухня — подтверждение этому. Ведь как писал Н.Ф. Золотницкий (в 1911 г.), «…знаменитый малороссийский борщ готовили еще в XVI веке, а нарезанную кружочками свеклу с приправой имбиря подавали за пирами бояр как закуску для аппетита».

Во все времена и у разных народов считалась свекла исключительно целебным продуктом. При этом древние ценили свеклу более как лекарственное растение. Еще Гиппократ признал ее полезной для лечения больных и включил в состав десятков

лекарственных прописей. О свекле писали Цицерон, Марциах, Вергилий, Плутарх и другие мыслители древности. Серьезные труды о лекарственных ее свойствах оставили Диоскорид и Авиценна. Правда, Авиценна, высоко отзываясь о лечебных достоинствах свеклы, недооценивал ее питательные свойства. «Она мало питательна, как и прочие овощи», — писал великий медик средневековья.

Немало полезных сведений о целебных свойствах свеклы можно найти в русских старинных травниках и книгах. В интереснейшей книге «Календарь поваренного огорода…», изданной в 1910 году, В А. Левшин так писал о свекле: «Корни и ботва ее составляют в снеди средство прохладительное, мягчащее, отверзающее утробу, утоляющее внутренний жар, происходящий от остроты крови, и жар в кишках, приключаемый припадками желчными. Полезно их употреблять подверженным запорам, жгучей урине (моче), колике, волнениям и бессоннице. Однако нехорошо употреблять свеклу много особам, имеющим слабый желудок и подверженным ветрам и поносу. Свежие свекольные листы, прикладываемые к голове, утоляют в ней боль и жар, также к воспаленным опухолям: они умягчают и просасывают тугие нарывы и чирьи. Отвар из листьев и кореньев свекольных слабит».

Вообще же в старинных русских источниках встречаются многочисленные рекомендации об использовании свеклы для лечения туберкулеза, цинги, малокровия, гипертонии, зубной боли, насморка и пр.

Чем же заслужила свекла такое доброе отношение к себе? Уникальным содержанием полезных веществ, прежде всего биологически и физиологически активных. Уже одно их перечисление впечатляет. В корнеплодах столовых сортов свеклы содержатся сахар, белок, жир, клетчатка, органические кислоты (яблочная, лимонная и др.), минеральные соли (магний, калий, кальций, железо, йод и др.), красящие вещества, витамины С, B_1, B_2, Р, РР и фолиевая кислота. Свекла богата клетчаткой и органическими кислотами, которые усиливают перистальтику кишечника. Поэтому она незаменима при лечении запоров (особенно хронических). В таких случаях врачи рекомендуют съедать утром натощак до 150 г вареной свеклы.

Способствует свекла и пищеварению. Она содержит органическое вещество (пигмент) бетаин, которое способствует расщеплению и усвоению белков пищи и участвует в образовании холина. Холин же повышает жизнедеятельность клеток печени, улучшает работу этого органа. Не случайно врачи включают свеклу в диету для страдающих заболеваниями печени. Среди

обычных овощей нет ни одного другого, который содержал бы такое количество йода, как свекла.

Сок свеклы полезен как здоровым, так и больным, молодым и старым. Он улучшает обмен веществ, пищеварение, укрепляет организм. Почти все косметологи советуют пить сок свеклы для сохранения свежести кожи лица. Это освежающее действие свекольного сока было известно с давних времен. Многие красавицы в древности регулярно употребляли в пищу свеклу и ее сок с целью поддержания стройности фигуры (способность свеклы очищать организм от шлаков), бодрости духа, жизнерадостности. А ведь именно эти качества больше всего ценятся в женщине.

Общеизвестно благотворное действие богатой свеклой диеты на больных, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями, в частности гипертонией. В связи с наличием в свекле большого количества магния, способствующего понижению кровяного давления, прием свекольного сока заметно и довольно быстро снижет кровяное давление. В народной медицине популярна для этой цели смесь свекольного сока с медом (1:1), принимают ее по 1/3 стакана 3–4 раза в день.

Издавна считалось, что свекла очень полезна при малокровии. Современные исследования это подтверждают. Содержащееся в небольших количествах в свекле, особенно в свекольном соке, железо тем не менее играет важную роль в процессах кроветворения. Это железо высокого качества и является великолепным питанием для красных кровяных телец. На протяжении веков был выработан и многократно апробирован рецепт такого средства: смесь равных количеств соков свеклы, моркови и редьки. Эту смесь рекомендуют принимать ежедневно по 1–2 столовой ложки перед едой (т. е. по меньшей мере 3 раза в день) на протяжении нескольких месяцев.

Очистительные свойства свеклы отчасти объясняются весьма уникальным соотношением в ней натрия и кальция (10:1). Это соотношение способствует растворимости кальция, в особенности, когда вследствие употребления преимущественно вареной пищи в организме в кровеносных сосудах накопился неорганический кальций. Поэтому свежий свекольный сок рекомендуют пить при расширении и затвердении вен, при сгущении крови и при других нарушениях сердечно-сосудистой системы.

Смесь свекольного и морковного сока (кстати, один из самых полезных напитков) обеспечивает, в частности, высокое содержание фосфора и серы, с одной стороны, и калия и других щелочных элементов — с другой. Все это, в сочетании с высоким содержанием в смеси этих соков провитамина А, является

основой ее высоких кроветворных достоинств.

О целительных свойствах свеклы можно написать еще очень много, но в обыденной жизни мы все же привыкли ее рассматривать прежде всего как продукт питания, составляющий основу многих блюд русской кухни. В сыром виде для питания русские люди свеклу почти никогда не употребляли. Ее тушили, запекали, варили. В качестве закуски свеклу нарезали ломтями, которые мариновали в уксусе с разными приправами.

Широко распространен, особенно в северных районах России, холодный суп из свеклы с квасом, получивший название «свекольник». Очень полезным и вкусным является также холодный свекольный отвар с крошевом из хлеба, заправленный сметаной.

Безусловно, сегодня самым популярным блюдом из свеклы у русских является борщ. Помните, у А.П. Чехова в рассказе «Сирена»: «Лучше всего, благодетель мой, борщок из свеклы на хохлацкий манер, с ветчиной и сосисками». Конечно же, приоритет в изобретении борща не за русской кухней, но тот факт, что россияне уже много десятилетий, а возможно, и не одно столетие готовят это блюдо, дает нам право включить его в список русских кушаний. Тем более, что многие рецепты борща значительно трансформировались в сторону традиций русской кулинарии.

Особо необходимо сказать о листьях свеклы. Никогда наши предки не рассматривали их как ненужные отходы. Собственно говоря, свекла, как, впрочем, и многие другие виды овощей, при кулинарной обработке дает самые минимальные отходы.

Ботву свеклы можно есть с раннего лета и до поздней осени: в разных салатах, свекольниках, в виде сырых и вареных приправ к первым и вторым блюдам.

Особенно ценной является молодая свекольная ботва, которая появляется довольно рано, когда организм еще испытывает недостаток в зелени.

В начале лета на прилавках овощных магазинов появляется ранняя свекла. Сами корнеплоды маленькие, незрелые, а ботва у них сочная, большая. Многие хозяйки сетуют, что вот, дескать, не могут обрезать ботву прямо в поле, ведь ее вес в 3–4 раза больше, чем вес самих корешков. Но именно в ботве содержатся самые ценные компоненты.

Причем это справедливо не только для свеклы, но и для моркови, редиса. Чтобы не быть голословными, приведем небольшую табличку, показывающую, чего мы лишаемся, выбрасывая ботву свеклы и моркови.

| Вид | Химический состав | Содержание | | |

продукта	состав			витаминов,			вещества
	в г на 100 г продукта			в мг на 100 г продукта			
Свекла	86,5	1,5	0,9	1,0	0,01	10	0,07
Листья свеклы	89,0	2,4	1,6	2,0	7,5	63	—
Морковь	88,5	1,3	1,2	1,0	9,0	5,0	0,13
Листья моркови	81,2	3,4	2,4	2,8	8,3	76,0	—

Как видно из таблицы, листья свеклы и моркови содержат значительно большее количество витаминов, нежели корнеплоды. Так, если витамин С в корнеплоде моркови составляет всего 5 %, то в листьях его содержание достигает 76 %, что почти в 25 раз больше. В свекле содержание каротина составляет всего 0,01 %, тогда как в листьях — 7,5 %. Над этим стоит задуматься.

Главными помощниками населению в этом важном деле должны выступить колхозы, совхозы и торговля. Именно производители должны направлять в магазины свою продукцию в отличном товарном виде, чтобы ботва была свежая и привлекательная.

Торговля же просто обязана развернуть широкую пропаганду в защиту ботвы. Люди должны знать, от чего они отказываются. Шире нужно рекламировать и кулинарные рецепты блюд из ботвы. При таком подходе выиграли бы все и прежде всего мы — потребители.

Закончим мы наш рассказ о свекле еще одной страничкой, пожалуй, самой славной в ее биографии.

В 1747 году немецкий химик А.С. Маргграф обнаружил в клубнеплодах свеклы сахарозу и предложил использовать этот овощ для производства сахара. До этого сахар производили в основном из сахарного тростника и стоил он очень дорого. Так люди открыли источник сахарной реки, которая очень быстро разлилась океаном всевозможных сластей. Справедливости ради нужно заметить, что еще за 100 лет до Маргграфа турки умели готовить свекловичный сироп и использовали его для приготовления сластей.

Но как бы там ни было, предназначение свеклы было определено. Однако сахарозы, которая содержалась в обычной столовой свекле, оказалось явно недостаточно, чтобы наладить из нее промышленное производство сахара. Нужен был специальный сорт свеклы. Интересно, что катализатором ускоренного выведения сахарной свеклы стала — политика. Стремясь

подорвать выгодную торговлю Англии тростниковым сахаром из ее заморских колоний, Наполеон установил огромную, в миллион франков, премию тому, кто изобретет способ производства дешевого сахара из свеклы.

Сахарная свекла была выведена при жизни Наполеона, но вот технологии производства сахара он так и не дождался.

Не знаем, получил ли кто-нибудь обещанный миллион, но, начиная с XIX века, производство свекловичного сахара в Европе стало набирать силу.

В России первое сахарное производство, по утверждению Д.В. Каншина, организовал граф Бобринский, сын Екатерины II и Григория Орлова. Однако развивалось производство сахара довольно медленно и стоил он очень дорого. Даже в начале XX века сахар по стоимости превосходил мед. Поэтому в питании простого народа России сахар очень долгое время не играл существенной роли. Скорее он использовался как лакомство.

Блюда из свеклы

Свекла, тушенная в сметане

500 г свеклы, 1 морковка, 1 корень петрушки, 1 ст. сметаны, по 1 столовой ложке лимонного сока, сахара, муки, 50 г масла, соль по вкусу.

Свеклу, морковь, петрушку нарезать соломкой, положить в кастрюлю с широким дном, обрызнуть лимонным соком, добавить масло, немного воды и потушить под крышкой 40–50 мин, периодически помешивая. Обжарить на сковороде с маслом муку, добавить к ней сметану, соль, сахар и прокипятить 1–2 мин. Готовые овощи приправить соусом.

Свекла с яблоками

500 г свеклы, 50 г шпика, 1–2 яблока, 1 ст. фруктового сока, соль, сахар по вкусу, сок лимона, корица, гвоздика, 2–3 рюмки красного вина.

Свеклу и яблоки очистить от кожицы, из яблок удалить сердцевину, натереть на терке с крупными отверстиями.

Шпик растопить в кастрюле с широким дном, добавить свеклу и яблоки, фруктовый сок, соль, сахар, сок лимона, корицу и гвоздику, все перемешать и тушить под крышкой на слабом огне до готовности. За 2–3 мин до полного размягчения свеклы влить в кастрюлю 2–3 рюмки красного вина.

Это блюдо чаще всего используется как гарнир к мясу.

Свекла, фаршированная грибами

8-10 корней свеклы, 3 моркови, 1 луковица, 5–6 ложек соленых грибов, 2 столовые ложки томата-пюре, 3 столовые ложки растительного масла, 1 ст. сметаны, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, соль, перец по вкусу.

Свеклу сварить до готовности в воде с уксусом. Очистить от кожицы, выбрать ложкой середину так, чтобы получилась чашечка. Лук и морковь мелко изрубить, слегка обжарить на растительном масле, добавить томат-пюре, измельченную мякоть свеклы, мелко рубленные соленые грибы (можно и огурцы), молотый перец и тушить до готовности. Этой массой нафаршировать свеклу, сложить ее в широкую кастрюлю, полить сметаной и запечь в разогретой духовке до полной готовности

всех продуктов.

Свекольная запеканка с творогом

4–5 корней свеклы, 2/3 ст. молока, 200 г творога (1 упаковка), 1/2 ст. манной крупы, 2 яйца, 3 столовые ложки сахара, 30 г сливочного масла, 2 столовые ложки толченых сухарей, 1 ст. сметаны, соль по вкусу.

Испеченную свеклу пропустить через мясорубку. Из крупы сварить густую подслащенную манную кашу и смешать ее со свеклой, протертым творогом, сахарным песком, солью, яичными желтками. Яичные белки хорошенько взбить до густоты и смешать со смесью.

Форму или глубокую сковороду смазать маслом, выложить в нее смесь, разровнять ее, сверху смазать сметаной, обсыпать сухарями и запечь в духовке.

Готовую запеканку разрезать на порции, каждый кусочек положить на тарелку и полить сметаной.

Блюда из тыквы, кабачков, баклажанов и помидоров

Тыквенная каша

1 кг тыквы, 1/2 ст. манной крупы, 1 ст. молока, 2 столовые ложки сахара, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Тыкву с яркой окраской мякоти очистить от кожицы и семян, нарезать мелкими кусочками, припустить со сливочным маслом и стаканом молока до полуготовности. Постоянно помешивая тыкву, всыпать в кастрюлю манную крупу, сахар, соль и довести до готовности. Разложить кашу по тарелкам, положив в каждую из них по кусочку сливочного масла.

Тыква, жаренная в тесте

600–700 г тыквы, 2 яйца, 1 ст. муки, 2/3 ст. молока, 50 г сливочного масла, соль по вкусу, 1 ст. растительного масла.

Тыкву очистить, нарезать тонкими ломтиками и слегка обжарить с маслом. Приготовить полужидкое тесто: в глубокую миску всыпать муку, размешать ее с молоком и растертыми с солью желтками, яичные белки взбить и осторожно ввести в тесто. Вилкой или шпажкой наколоть кусочек тыквы, обмакнуть его в тесто, а затем опустить в кастрюлю с кипящим маслом. Обжаренные кусочки вынуть из масла шумовкой и сложить на тарелку. Дать стечь маслу и подавать на стол.

Тыква, запеченная с яйцом

600–700 г тыквы, 4 яйца, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Тыкву очистить, нарезать мелкими кубиками и поджарить, посыпав солью. Залить яйцами и запечь в духовке.

Кабачки, фаршированные репой

2 небольших молодых кабачка, 2 средние репки, 2 яичных желтка, 100 г сливочного масла, 2 луковицы, 1/2 ст. панировочных сухарей, соль, перец по вкусу, 1 ст. сметаны, зелень петрушки, 1 ст. сметанного соуса.

Кабачки обмыть, очистить от кожицы и каждый разрезать пополам. Удалить мякоть, оставив на стенках плотную массу в полпальца толщиной. Сварить репу до полного размягчения,

остудить и очистить от кожицы.

Подготовленную репу и мякоть кабачков пропустить через мясорубку и затем обжарить на сковороде с маслом. Лук нашинковать и обжарить с маслом отдельно от овощей. Желтки яиц хорошо растереть. Смешать в миске обжаренные репу, кабачки, лук, добавить к ним растертые желтки яиц, посолить, поперчить и снова перемешать. Налить в кастрюлю воду, хорошо посолить и довести ее до кипения. Опустить в кипяток кабачки и проварить 8-10 мин. Затем вынуть их из кастрюли и остудить.

Начинить кабачки фаршем, сложить в широкую кастрюлю, облить маслом и обсыпать сухарями. Кастрюлю поставить в разогретую духовку на 40–50 мин. Размягченные, подрумяненные кабачки выложить на блюдо, обсыпать зеленью. Отдельно подать молочный соус или сметану.

Котлеты из кабачков и картофеля

500 г кабачков, 3–4 картофелины, 3 яйца, 2 ст. растительного масла (для жарки во фритюре), 4 столовые ложки муки, зелень петрушки, 1 ст. сметаны, соль по вкусу, листья салата.

Кабачки очистить, измельчить на терке с крупными отверстиями. Картофель отварить, пропустить через мясорубку или хорошо истолочь, как для пюре. Смешать кабачки с картофельным пюре, в полученную массу добавить 2 яйца, мелко нарезанную зелень петрушки, часть муки (1 столовую ложку), посолить, поперчить. Полученную массу выложить на обсыпанный мукой стол, сформовать из нее котлеты. Яйцо хорошо растереть, обвалять в нем котлету и запанировать мукой. Затем обжарить в сильно разогретом растительном масле (во фритюре). Разложить котлеты по тарелкам, украсить салатом, отдельно подать сметану.

Кабачки жареные

500 г кабачков, 1 яйцо, 2 столовые ложки молока, 3 столовые ложки муки, 1/2 ст. растительного масла, 1 ст. сметаны, соль по вкусу, зелень укропа.

Срезать у кабачков кожицу (молодые кабачки можно использовать с кожицей), нарезать кружочками (толщиной не менее 1 см), посолить. Яйцо хорошо смешать с молоком, обвалять в этой смеси кружочки кабачков, запанировать мукой и обжарить с обеих сторон на сковороде с маслом. Обжаренные кабачки сложить в глубокую сковороду, залить сметаной, прикрыть крышкой и 5-10 мин потомить в разогретой духовке. Готовые

кабачки разложить по тарелкам, обсыпать мелкорубленой зеленью укропа. Под каждый кабачок можно положить листик зеленого салата. Это придаст блюду приятную цветовую гамму.

Кабачки с помидорами и грибами

5–6 свежих грибов, 3–4 свежих помидора, остальные продукты, как для кабачков жареных.

Обжарить кабачки, как описано в предыдущем рецепте. Свежие грибы очистить, нарезать ломтиками, обжарить, добавить сметану и довести до готовности. Если грибы сушеные, то их следует отварить, нашинковать, залить сметаной и потушить. Помидоры слегка обжарить на сливочном масле. На каждый кусочек жареных кабачков положить грибы в сметане и сверху половинки жареных помидоров. Подавая на стол, обсыпать мелкорубленой зеленью петрушки. В соуснике подать сметану.

Это блюдо можно с успехом приготовить и из тыквы.

Оладьи из кабачков

400 г кабачков, 20 г муки, 50 г сливочного масла, 2 яйца, 1 ст. сметаны, соль по вкусу.

Очистить кабачки от кожицы, удалить сердцевину и семена, нарезать на куски и пропустить через мясорубку. Добавить к кабачковой массе муку, растертые с солью желтки и хорошо перемешать. Если масса получится густой, развести ее молоком. Осторожно ввести взбитые яичные белки. На хорошо разогретую сковороду влить ложку растительного масла и на нем жарить оладьи. Готовые оладьи подать со сметаной.

Кабачки в тесте

2–3 небольших кабачка, 4 столовые ложки пшеничной муки, 3 яйца, 1/2 ст. молока, 1 чайная ложка растительного масла, соль по вкусу, жир для фритюра.

Кабачки очистить от кожи и семян, нарезать не толстыми кружочками или ломтиками, слегка посолить, обмакнуть в пресное жидкое тесто и жарить во фритюре до появления золотистой корочки. Перед подачей посыпать рубленой зеленью.

Для приготовления теста яичные желтки растереть с растительным маслом, добавить молоко, муку, соль и хорошо вымешать. Под конец ввести взбитые белки.

Баклажаны, фаршированные сыром

800 г баклажанов, 2 яйца, 1 ст. тертого сыра, 3 столовые ложки топленого масла, соль, чеснок, кефир или простоквашу по вкусу.

С хорошо промытых баклажанов срезать плодоножку. Вдоль плода сделать прорезь и удалить чайной ложкой семена. Подготовленные баклажаны опустить на 5 мин в кипящую подсоленную воду, затем откинуть на сито или дуршлаг.

Сваренные вкрутую яйца мелко нарезать и смешать с тертым сыром и маслом. Этим фаршем наполнить баклажаны, уложить их на смазанный маслом противень, полить маслом и запечь в духовке. Чеснок мелко порубить, смешать с кефиром или простоквашей и подать в качестве соуса.

Баклажаны с чесноком

500 г баклажанов, 1/2 ст. сметаны, 1/2 ст. майонеза, 1/2 ст. растительного масла, 2 столовые ложки муки, 5 долек чеснока, соль, зелень петрушки.

У баклажанов отрезать плодоножку, промыть, нарезать кружочками. Обвалять кружочки в муке и обжарить на разогретой сковороде в масле с обеих сторон. Сложить обжаренные баклажаны в глубокую сковороду, слегка посолить, залить сметаной, смешанной с майонезом. Поставить сковороду в разогретую духовку и запечь баклажаны до готовности. Готовые баклажаны посыпать растертым с солью чесноком и рубленой зеленью.

Помидоры, запеченные с овощами

8 помидоров, 200 г мяса (мякоти), 2–3 столовые ложки отварного риса, 1 луковица, 2–3 столовые ложки растительного масла, 1/2 ст. тертого сыра, 1/2 ст. сметаны, соль, перец по вкусу, зелень петрушки или укропа.

У помидоров срезать верхнюю часть (со стороны плодоножки) и острым ножом аккуратно выбрать мякоть. Мясо пропустить через мясорубку, добавить к нему мелко нарубленный обжаренный лук, отваренный рис, соль, перец и все хорошо перемешать. Полученным фаршем наполнить помидоры, уложить их на смазанную маслом сковороду, обсыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом, поставить в разогретую духовку и запечь до готовности фарша. Готовые помидоры посыпать нарубленной зеленью петрушки и укропа, подать со сметаной.

Помидоры с рыбой

8-10 помидоров, 750 г филе рыбы, 2 яйца, 1 ст. молока, 2 луковицы, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки растительного масла, сок половины лимона, 1 ст. сметаны, соль, молотый черный перец по вкусу, зелень петрушки.

Нарезать ломтиками рыбное филе, обрызнуть ломтики соком лимона, посолить. Помидоры также нарезать ломтиками, Лук нашинковать и смешать с нарубленными вареными яйцами, молоком, мукой и растительным маслом. На смазанную жиром сковороду уложить слоями куски филе, помидоры и снова куски филе. Залить рыбу и помидоры яично-луковой массой. Сковороду поставить в разогретую духовку и запечь до образования румяной корочки. Перед подачей обсыпать блюдо зеленью петрушки. Отдельно подать сметану.

Запеченные помидоры

8-10 помидоров, 4 столовые ложки маргарина, 500 г сливочного масла, 1 ст. панировочных сухарей, 200 г ветчины, соль, перец черный молотый. по вкусу, зелень петрушки.

Помидоры ошпарить кипятком, опустить в холодную воду, после этого снять с них кожицу и нарезать ломтиками. Обвалять ломтики в сухарях. Сковороду смазать маргарином, уложить на нее слоями ломтики помидоров и ветчины. Нижний и верхний слои должны быть из помидоров. Помидоры посолить, положить на них кусочки маргарина и запечь в разогретой духовке до образования румяной корочки. Готовые помидоры посыпать зеленью петрушки.

Помидоры с картофелем

5–6 помидоров, 5–6 картофелин, 1/2 ст. муки, 50 г сливочного масла, 1 ст. сметанного соуса с грибами, соль, перец черный молотый по вкусу.

Крепкие спелые помидоры обмыть, срезать плодоножку, разрезать пополам и частично удалить из них семена. Лучше выбрать помидоры, в которых мало семян. Подготовленные помидоры посолить, обвалять в муке и поджарить с маслом на разогретой сковороде. Вначале помидоры следует жарить, положив их на сковороду срезом вниз, а затем перевернуть. Обжаренные помидоры разложить кольцами по краям порционной сковороды, в середину положить целый отварной горячий картофель; полить блюдо соусом. Перед подачей посыпать зеленью.

Огурцы тушеные

5–6 свежих или соленых огурцов, 1 луковица, 1/2 ложки муки,? ст. сметаны.

Луковицу нарезать полукольцами и обжарить до золотистого цвета на масле в глубокой сковороде. Огурцы очистить от кожицы и нарезать дольками, положить на сковороду с луком и жарить до размягчения. Затем все смешать с обжаренной на масле мукой, добавить стакан бульона, сметану и тушить под крышкой до готовности.

Тушеные огурцы служат хорошим гарниром к жаркому из говядины и баранины. Если баранина жирная, сметану лучше не добавлять.

Морковь

Морковь происходит от дикой моркови, родиной которой считается Центральная Европа, особенно территория современной Германии, а также соседних с нею государств.

Некоторые авторы отмечают, что как культурное растение «морковь» начинает свою историю лишь со средних веков. С этим трудно согласиться, так как человек обратил внимание на это растение очень давно. Так, например, еще 2500 лет назад Гиппократ широко применял морковь в лечебных целях: при продолжительной хрипоте, кашле, чахотке, геморроидальных шишках. Гален в начале нашей эры, то есть около 2 тыс. лет назад, применял морковный отвар при болезни почек.

Швейцарец Геер нашел семена моркови при раскопках свайных построек у г. Берна. Эта находка датируется примерно двухтысячным годом до н. э. О диких и культурных видах моркови писал древнегреческий врач Диоскорит, сравнивая достоинства тех и других. Наконец, на рубеже первого и второго тысячелетия нашей эры хвалебный панегирик моркови посвятил Авиценна, сообщая о дикой и садовой моркови.

Как же использовали морковь наши предки? Семена моркови, предварительно распаренные, употребляли в лекарственных повязках; их же принимали внутрь, так как они «изгоняют ветры». Растолченные корнеплоды и листья прикладывали к «разъедаемым гангреной язвам». Применяли морковь при плеврите и хроническом кашле, а также при водянке. Авиценна считал, что морковь успокаивает рези в кишках, особенно семена дикого ее вида и листья.

В одном из русских народных лечебников читаем: «Морковь приятна легостно урину движет, то есть, особо лечеба тем людям, которые страдают меланхолической болезнью. Тоже корения приято помыслы постельные движет. Морковь огородную, толченую прикладываем ко всякому отку (отеку) горляному и тако оток поляжет». Грузинская народная медицина тоже считает, что морковь уменьшает кашель, улучшает пищеварение и увеличивает отделение грудного молока. Сок моркови дают пить натощак детям «от худосочия». Тертую морковь прикладывают к обваренным кипятком местам, к горлу при жабе, к язвам. Отвар моркови (наружно) применяли против воспалительных опухолей.

Почти 200 лет назад В.А. Левшин писал: «Корень моркови очень полезен для желудка в снеди и свежий. Сок его содержит в себе бальзамическое свойство, исправляющее желудочные соки, производит испарину и слегка побуждает на низ. Когда морковь

истерта будет на терке, то выдавленный из нее сок, даваемый натощак детям, изгоняет глисты. Если же сок будет уварен в густоту сахарного сиропа, то рюмка оного составляет легкое слабительное, которого можно давать в горячках и других болезнях, где нужно слабительное, без опасения, сколько бы слаб больной ни был. Он полезен в завалах внутренних, кои разводит и изгоняет уриною (мочою). Отвар морковный производит пот, облегчает также каменную болезнь и выгоняет песок. Свежая, на терке натертая морковь и прикладываемая, исцеляет рак». Таковы лечебные свойства этого овоща.

Морковь — двулетнее растение семейства зонтичных. Выведено множество ее сортов, отличающихся по форме, величине, окраске, и вкусу. Выращивается она почти повсеместно на территории СССР. Корнеплоды моркови содержат сахар (сладкие сорта до 15 %), белки, клетчатку, эфирные вещества, немного жира, флавоноиды, азотистые вещества, минеральные соли (кобальт, калий, железо, медь, фосфор, йод), ферменты и витамины: провитамин А (каротин, B_1, B_2, B_6, Е, К, пантотеновую кислоту, и незначительное количество витамина С. Особенно много в моркови (по сравнению с другими овощами) каротина (4–9,4 % мг) и никотиновой кислоты — витамина РР (0,4 мг %). Наибольшее количество витаминов находится в наружных слоях корнеплодов, причем, чем морковь краснее, тем больше в ней витаминов, особенно каротина. Из моркови получают пищевую краску, каротин.

Блюда из моркови

Морковное пюре

500–600 г моркови, 30 г сливочного масла, 1 ст. густого молочного либо сметанного соуса, соль по вкусу.

Для гренков: 4–6 ломтиков пшеничного хлеба, 1/2 ст. молока, 1 яйцо, 1 чайная ложка сахара, 20–30 г сливочного масла.

Морковь очистить, обмыть, нарезать кусочками любой формы, положить в кастрюлю, залить соусом, посолить и припустить на слабом огне до полного размягчения. Растолочь морковь толкушкой, выложить на тарелку, нанести концом ножа или ложки рисунок. По краям тарелки красиво уложить гренки. Кусочки масла положить сверху. Отдельно подать сметану.

Гренки приготовить так: ломтики пшеничного хлеба (лучше черствого) нарезать разными фигурками (при помощи фигурной выемки). Сырые яйца выпустить в тарелку, добавить молоко, посолить и хорошо размешать. Обвалять в этой смеси хлеб и поджарить его на хорошо прогретой сковороде с маслом.

Это блюдо можно приготовить и из свеклы.

Морковные котлеты

800 г моркови, 60 г сливочного масла, 1/2 ст. манной крупы, 1 яйцо, 3/4 ст. молока, 200 г творога, 1/2 ст. панировочных сухарей, 1 ст. сметаны, соль по вкусу.

Очищенную морковь нашинковать соломкой или натереть на крупной терке, сложить в кастрюлю, влить молоко, добавить масло и под крышкой на слабом огне припустить до полуготовности. В эту же кастрюлю, помешивая морковь, всыпать манную крупу и довести массу до готовности. Затем ее охладить до 60 °С, добавить яйцо, протертый творог, заправить сахаром и перемешать. Из полученной массы сформовать котлеты, обвалять их в сухарях и поджарить на разогретой сковороде со сливочным маслом. Готовые котлеты выложить на блюдо, отдельно подать сметану.

Эти котлеты можно приготовить и с яблоками (соотношение моркови и яблок, примерно, 2:1). Яблоки нужно очистить от кожицы и натереть на терке.

Морковная запеканка

500–600 г моркови, 300 г творога, 1/2 ст. манной крупы, 1 яйцо, 1 столовая ложка сахара, 1/3 ст. панировочных сухарей, 1 1/2 ст. сметанного соуса или сметаны, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Приготовить морковь, как для котлет, смешать с творогом, протертым со сметаной и сахаром. Выложить смесь на противень, смазанный жиром и посыпанный сухарями, разровнять, обсыпать сухарями, обрызнуть маслом и запечь в разогретой духовке. Запеканку разрезать на куски, разложить по тарелкам и полить сметанным соусом.

Морковь с тыквой

500 г моркови, 300 г тыквы, 2 столовые ложки рубленых ядер миндаля или грецких орехов, 2 ст. молока, 4 столовые ложки сливок, зелень укропа, соль по вкусу.

Тыкву нарезать соломкой, смешать с натертой на крупной терке морковью, орехами. Уложить все продукты в кастрюлю, залить молоком, посолить, поставить на огонь и тушить под крышкой 25–30 мин. Перед подачей полить овощи сливками, обсыпать зеленью укропа.

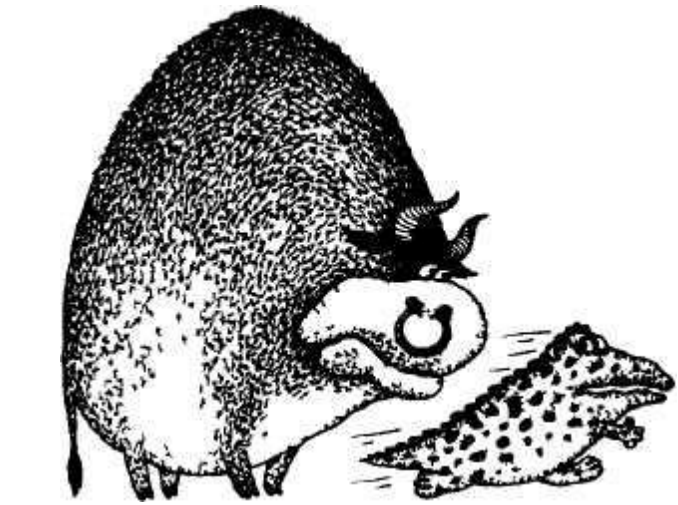
Морковные блины

200 г моркови, 2 ст. молока, 100 г сливочного масла, 100 г манной крупы, 5 яиц, 2 столовые ложки сахара,? ст. сметаны.

Морковь очистить, нарезать мелкими кусочками, припустить в небольшом количестве молока до полного размягчения и протереть. В полученное пюре добавить сливочное масло, оставшееся молоко, всыпать манную крупу, сахар, все хорошо перемешать и довести до кипения, проварить 2–3 мин.

Желтки яиц отделить от белков и ввести в тесто; белки взбить и осторожно смешать с готовой массой. Выпекать блины на чугунной сковороде с растительным маслом. Отдельно подать к блинам растительное масло и сметану.

МЯСО — ПРОДУКТ ДРЕВНИЙ



«Домашняя жизнь их (русских) представляет более обилия, чем утонченности, ибо столы их везде заставлены почти всеми теми кушаньями, которых могут пожелать люди, даже весьма преданные роскоши; притом все съестное можно получить за недорогую цену. Именно курицы и утки продаются часто за одну небольшую серебряную монету; крупный и мелкий скот водится в невероятном изобилии, и замерзшее мясо телок, заколотых среди зимы, не подвергается гниению почти на протяжении двух месяцев. Как и у нас, более вкусные блюда приготовляются у них из добычи охотника и птицелова. При помощи охотничьих собак и тенет они ловят всякого рода зверей, а при помощи ястребов и соколов, удивительная порода которых водится в Печорской области, они преследуют не только фазанов и уток, но также лебедей и журавлей». Так описал мясную пищу русских итальянский путешественник Амброджо Контарини, посетивший Россию в семидесятые годы пятнадцатого столетия. Как видим, о скудости мясного стола, во всяком случае у москвичей, говорить не приходится. Конечно же, животноводство у русских играло меньшую роль, чем земледелие, однако, безусловно, еще задолго до принятия христианства на Руси славяне выращивали разный скот и домашнюю птицу. Когда же своего скота не хватало, то его закупали у соседних кочевых народов, для которых скотоводство было главным промыслом.

Кроме того, в обширных лесах водилось огромное количество разнообразных диких животных, охота на которых составляла заметную добавку к мясному столу славянских народов.

В источниках XII-XV веков в основном упоминаются два вида мяса: говядина и зверина. Однако только на этом основании было бы ошибочно утверждать, что в тот период наши предки не знали свинины, баранины, телятины, кур, гусей и т. д. Все дело в том, что говядиной называли любое мясо домашних животных и птицы. Точно так же, как под звериной подразумевали всякую пернатую дичь и диких животных.

Состав мясной пищи наших предков не был одинаков в разные периоды развития. Особенно это проявилось с принятием христианства на Руси. Оно провело глубокую борозду между «чистой» и «нечистой» мясной пищей. Наибольшему осуждению подвергалась конина. Славяне, по-видимому, в древности не чурались этого мяса. Во всяком случае в боевых походах и в лихую годину конское мясо шло в пищу довольно часто. Так, Ипатьевская летопись, рисуя образ князя-воина Святослава Игоревича, рассказывает о том, что он не брал в поход ни котлов, ни мяса, а только изрезав конину, жарил ее на углях. Когда же его войску пришлось зазимовать в Белобережье, и начался голод, то люди спасались кониной, которая стоила очень дорого.

Аналогичная ситуация описана в Лаврентьевской летописи об осаде Торжка князем Всеволодом Юрьевичем в 1182 году.

Но уже в XIII веке конина расценивалась славянами, как пищевой суррогат, употребляемый в Новгороде в 1230 году. Первая новгородская летопись ставит конину в один ряд с мясом собак, кошек, древесной корой.

Нечистым мясом считалась также медвежатина. Ее употребление подвергалось особенно жестоким запретам со стороны церкви. Очевидно, вызвано было это борьбой с еще не отжившим в то время языческим культом медведя на севере. Вообще же, надо отметить, что, согласно древнецерковным представлениям и поучениям, «зверина» считалась менее ценной, чем мясо домашних животных и птицы.

Решительно церковь запрещала употреблять в пищу так называемую «давленину», т. е. мясо тех животных и птиц, которые непосредственно не забиты рукой человека. Грехом считалось есть мясо бобра, белки, тетерева, зайца.

Однако всевозможные ограничения по видам мясной пищи не шла ни в какое сравнение с суровыми запретами на мясо-молочные продукты в период постов. А если учесть, что постных дней в православном церковном календаре намного больше, чем всех остальных, то становится понятным, почему русский народ никогда не считал мясо основой своего рациона.

Интересные рассуждения по этому поводу можно найти у русского агронома и публициста А.Н. Энгельгардта, жившего в

XIX веке. Он писал, что даже на самой трудной работе русский мужик не придавал мясной пище особого значения. «Я, конечно, не хочу сказать, — пишет автор, — что мужик не любит мяса, разумеется, каждый предпочтет щи с «крошевом» пустым щам, каждый с удовольствием будет есть и баранину, и курицу, — я говорю только о том, что мужик не придает мясу важности в отношении рабочего эффекта». Трудно сказать, рассуждает далее А.Н. Энгельгардт, по воле ли злого рока или основоположников православия, но оказалось так, что предусмотренные православной церковью посты и мясоеды, применительно к русскому сельскохозяйственному календарю, привели к тому, что в России постные дни выпадали, как правило, на период самых трудных работ.

Так, Петровский пост совпадает с самым благоприятным временем для земляных работ. Да и пост-то самый неудобный, потому что в это время даже огородные овощные культуры еще не поспели, а прошлогодние запасы уже на исходе. Наступил июльский мясоед и, казалось бы, тут крестьянин, занятый трудными сельскохозяйственными работами, может основательно разговеться, но… без вреда для своего хозяйства сделать он этого не может: мясо к этому времени еще «не поспело». Судите сами, бараны и овцы еще не выросли, скот вообще еще «не вполне отъелся», да и сохранить мясо, даже посоленное, в жаркое летнее время практически невозможно. Уже кончилась и зимняя солонина. Да если бы она и осталась, то вряд ли была бы пригодной в пищу.

Но вот скотина отъелась. Однако вновь начавшийся пост — Спасовка — снова отодвигает от крестьянского рта миску с жирными щами. А мясо ему было бы кстати, ведь это время тяжелых полевых работ, уборки урожая, хлебной жатвы.

И это только крупные посты, а ведь периоды мясоеда тоже пронизаны еженедельными постными средами и пятницами.

Однако человек прогрессивных взглядов А.Н.Энгельгардт видит причину строгого соблюдения крестьянами постов в их бедности. «Конечно, и говорить нечего, — замечает он, — если бы было довольно мяса, сала, молока, творогу, то и в деревне летом никто постов не держал бы… Я верно говорю, и богатый чиновник, наслаждающийся сочным бифштексом из вырезки, и бедный студент, жующий подошву в кухмейстерском супе, и извозчик, потребляющий солонину в щах, потому только имеют мясную пищу, что масса земледельцев питается исключительно растительной пищей, а дети этих земледельцев не имеют достаточно молока». Что ж, как говорится, в корень смотрел профессор Земледельческого института в Петербурге, за что,

видно, и был сослан в Смоленскую губернию.

Итак, как убедительно доказал А.Н. Энгельгардт, русские крестьяне не считали мясо необходимым повседневным продуктом. Куда более важное значение придавалось жирам. Не случайно, когда хотели подчеркнуть достаток того или иного человека, о нем говорили, что ест он «жирно», «масляно». Считалось, чем жирнее пища, тем она лучше: «Маслом каши не испортишь», «Пища хороша, если она жирна, сдобна, масляна». Лучшими в деревне считались щи, которые так жирны, что «не продуешь». И в бульоне ценилась не крепость, а жирность.

Угощая желанного гостя, хозяйка непременно старалась влить побольше постного масла в его миску, будь в ней грибы, картошка или рыба.

Среди прочих особенно ценились животные жиры: свиное сало, внутренний жир во всех идущих на мясо животных. Внутреннее сало вытапливали, разливали в горшки и хранили в погребах. Куски свиного сала (шпик) солили и упаковывали в ящики, бочки, а иногда их набивали в кишки и так хранили. Кулинарное использование сала всегда было очень широким. Им заправляли супы, каши, овощные блюда, на нем жарили. Так, почечное сало является, пожалуй, лучшим из жиров для приготовления котлетных фаршей, мясных начинок. К сожалению, сегодня его почти не встретить на прилавках наших магазинов.

В южных губерниях России толченым салом (часто с чесноком) заправляли щи и борщи, добавляли его и в другие супы. Обжаренные куски свиного сала часто подавали к картофелю, кашам, но эти, так называемые «шкварки», более распространены у белорусов и украинцев.

Конечно же, сало (шпик), как и мясо, не было для большей части простого народа повседневной едой. Оно украшало крестьянские столы в праздничные дни, его брали в дорогу.

Впрок заготавливали не только сало, но и мясо (чаще всего говядину). Его коптили, вялили и, конечно же, солили. Мясо, предназначенное для засола, складывали в бочки и заливали рассолом (на 15 фунтов говядины брали один фунт соли). Соль перед использованием обычно прокаливали на сковороде. Иногда, кроме соли, использовали также селитру, что придавало мясу красивый красноватый цвет.

Приготовленное таким способом мясо называлось солониной. В летний период это была основная мясная пища большей части населения. По своим питательным свойствам солонина не идет ни в какое сравнение со свежим мясом. Значительная часть содержащихся в мясе полезных веществ при засолке растворяется

в рассоле. Так, солонина беднее белком, чем свежее мясо, примерно в три раза. Соль делает более грубыми мышечные волокна мяса, что затрудняет его переваривание в организме. Но со всем этим приходилось мириться, ибо низкотемпературных холодильников в ту пору еще не было.

Кстати, о холодильниках. Их предшественниками на Руси были ледники, лед в которые доставлялся с рек и озер. Зимой же исстари мясо и другие скоропортящиеся продукты, предназначенные для продажи, хранили на льду реки. Уже упомянутый нами Амброджо Контарини так описал зимний рынок в Москве XV столетия: «В конце октября река, протекающая через город, вся замерзает; на ней строят лавки для разных товаров, и там происходят все базары, а в городе тогда почти ничего не продается.

…К концу ноября обладатели коров и свиней бьют их и везут на продажу в город. Так цельными тушами их время от времени доставляют для сбыта на городской рынок, и чистое удовольствие смотреть на это огромное количество ободранных от шкур коров, которых поставили на ночь на льду реки. Таким образом, люди могут есть мясо более чем три месяца подряд. То же самое делают с рыбой, с курами и другим продовольствием».

Мясо содержит в значительных количествах все незаменимые аминокислоты, жиры, калий, натрий, кальций, магний, фосфор, железо, витамины B_1 B_2, PP.

Конечно, в зависимости от вида мяса, его категории, содержание в нем полезных веществ значительно колеблется. Так, говядина по жирности уступает баранине, а та, в свою очередь, свинине. Не лидер она и по витаминам, однако по многим минеральным веществам превосходит другие виды мяса.

Полезно также знать, что в баранине примерно в 2,5 раза меньше холестерина, чем в говядине и в 4 раза, чем в свинине.

В магазине или на рынке многие, особенно молодые хозяйки, задумываются, какое мясо из того, что лежит на прилавке, взять для супа или, например, для котлет. Для того, чтобы не ошибиться в этом, нужно иметь хотя бы самые приблизительные сведения о разделке мяса для продажи и его назначении.

Мясная кулинария

Эта глава не для вегетарианцев, так как речь в ней пойдет о кушаньях из мяса. Уж так сложилось, что ни один другой продукт питания не подвергался столь уничтожающей критике, как этот. Каких только бед не сулят тем, кто ест мясо. Это и избыточный вес со всеми вытекающими последствиями, и зашлаковывание организма, и преждевременная старость и т. д. Однако, несмотря на это, люди всегда ели, едят и наверняка будут есть мясо. Аппетитно приготовленный кусок мяса вызывает «слюнки» даже у самых убежденных его противников. Ну, а что уж говорить о нас грешных — любим побаловаться котлеткой, шашлычком или куриной ножкой. Да и вряд ли умеренное, разумное употребление мясной пищи может навредить. Правда, сами того не замечая, мы постепенно увеличиваем долю мясной пищи в рационе питания. Если раньше для простого народа мясо считалось скорее лакомством, чем повседневной пищей, то наши современники редкий день обходятся без него. Во многих же семьях мясо присутствует на столе в каждый прием пищи. Да и что здесь удивительного. Ведь пара сосисок или бутерброд с колбасой привычны на завтрак, а в обед бифштекс или антрекот, да еще и мясной суп, вечером же утраченные за день силы подкрепляем котлеткой с макаронами. А если мяса или колбасы нет, то и еда не еда, любые овощи или рыбу подавай — все одно не то. Не правда ли, знакомая картина? К этому нас приучил и родной общепит, в меню которого блюда из мяса традиционно занимают самое почетное место. Кроме того, крайне бедный выбор в магазинах рыбы, овощей, фруктов, круп, молочных и других продуктов заставляет, особенно столичных жителей, больше есть мяса. Конечно же, такое положение не на пользу нашему здоровью.

Да и само мясо, которое мы вынуждены покупать в магазине, не всегда первейшей свежести. Замороженное-перезамороженное и подтаявшее, темного цвета, оно не радует взор. Совершенно не сравнима, например, свинина, купленная в магазине и на рынке. Рыночную и жарить-то почти не надо. Шлепнул на сковороду на несколько минут, и вот уже ароматное и сочное кушанье готово. С магазинным же мясом нужно изрядно повозиться и все равно такого вкуса не получишь.

Однако, если взять за правило, что мясная пища — это праздник, который мы позволяем себе не каждый день, то вполне вероятно, что на сэкономленные деньги появится возможность иногда порадовать себя и близких по-настоящему свежим мясом с

рынка. В общем нужно придерживаться золотого правила — лучше меньше да лучше. И тогда, безусловно, мясная пища пойдет на пользу, вы почувствуете ее неповторимый вкус и аромат. Можно будет и поколдовать на кухне над каким-либо замысловатым кушаньем. Исходя из этих позиций мы и составили подборку рецептов для этой главы.

А теперь некоторые советы из области мясной кулинарии. Вообще-то приготовить мясо по всем правилам довольно сложно. Нужно иметь определенные практические навыки по разделке мяса, знать кулинарное назначение той или иной части разруба, правильно выбрать способ тепловой обработки, да мало ли еще что нужно знать.

Чтобы не утомлять читателей и вместе с тем дать полезную информацию из этой области кулинарии, очень бегло проследим лишь основные моменты, без которых не обойтись.

Прежде всего, какой кусок мяса выбрать из тех, что лежат на прилавке. Мясники рубят мясо в соответствии с кулинарным разрубом на девять отрубов — лопатку, шею, толстый край (спинная часть), покромку, грудинку, вырезку, заднюю ногу, пашину. Это для говядины. Баранину же и свинину разрубают на лопатку (переднюю ногу), шею, корейку, грудинку и окорок (заднюю ногу). Если вы затрудняетесь самостоятельно отличить грудинку от толстого края, попросите помочь мясника. Но сориентироваться в этом необходимо, так как разные части туши имеют и разное кулинарное назначение.

Так, для жарки лучше всего подойдут вырезка, толстый и тонкий края, верхняя и внутренняя части задней ноги. Тушат обычно куски мяса из боковой и наружной частей задней ноги, плечевой и заплечной частей лопатки, грудинки или покромки. Котлетный же фарш можно приготовить из шеи, пашины.

Лучшим во всех отношениях считается филейная вырезка. Она отличается малым содержанием соединительной ткани (прожилок). Широкое кулинарное применение свойственно и для толстого края. Однако такое мясо не всегда удается купить, поэтому приходится овладевать искусством приготовления и других частей туши.

Очень полезны и вкусны кушанья, приготовленные из субпродуктов — почек, печени, сердца, мозгов, рубцов, легкого и др. Но современные хозяйки не очень жалуют эти продукты, что, конечно, не относится к языкам и печени. Возможно, это связано не только с отсутствием некоторых из них в постоянной продаже, но и с плохим представлением о их кулинарном назначении.

Почки, например, хороши для тушения и приготовления рассольников. У говяжьих почек делают продольный разрез с

одной стороны, снимают пленку и, залив холодной водой, вымачивают 3–4 часа для удаления специфического запаха. Вымоченные почки заливают холодной водой, доводят до кипения, отвар сливают, вторично заливают холодной водой и варят до готовности. Бараньи и свиные почки можно не вымачивать.

Мозги обычно замачивают на 1–2 часа в холодной воде для удаления крови и набухания пленок. После этого, не вынимая их из воды, снимают пленки. Очень вкусные кушанья готовят из жареных мозгов.

Рубец — так называют желудок крупного и мелкого скота, выворачивают внутренней стороной наружу, промывают в холодной воде, погружают на 5 мин в кипяток. После этого счищают оболочку, промывают и свертывают рулоном. Едят рубец в вареном виде.

Купленное в магазине мясо, как правило, замороженное. Если вы не собираетесь сразу же из него готовить, то положите кусок в морозильную камеру холодильника. Однако перед этим лучше затратить немного времени и рассортировать, т. е. разрубить мясо на куски, рассчитанные на одну готовку. Разложить куски в полиэтиленовые пакеты и вложить в них бирки с надписями: для супа, для второго и т. д. Это значительно облегчит поиск нужного куска в холодильнике и позволит лишний раз не размораживать все имеющееся мясо.

Размораживать мясо лучше медленно. Для этого кусок нужно вынуть из морозильника и положить на полку в холодильник. Медленное размораживание позволит избежать потери мясного сока, сохранить сочность мяса при приготовлении. Когда мясо оттает, его следует хорошо обмыть и обсушить, а уж потом использовать по назначению.

Характерным для русской народной кухни является приготовление крупных кусков мяса, зажаривание целыми тушками молочных поросят, домашней птицы. Этому способствовала конструкция русской духовой печи. Способ жарки был прост и вместе с тем очень разумен. Кусок мяса или тушку птицы помещали в печь и фактически запекали, периодически поливая вытапливающимися из них жиром и мясным соком.

Такой щадящий метод тепловой обработки способствовал тому, что русские значительно позже других европейских народов пристрастились к вкусной корочке, которая образуется на мясе при его жарке. Большой знаток кулинарии Д.В.Каншин еще в прошлом веке писал: «Корочка жаркого может быть приятна для глаз, но в желудок ее лучше не вводить».

Для предотвращения образования корочки наши предки

поливали мясо выделяющимся из него соком, обертывали бумагой, обмазывали тестом. В южных губерниях России, например, перепелов жарили в виноградных листьях, а другую мелкую пернатую дичь запекали в выдолбленных крупных клубнях картофеля.

Из всех способов приготовления мяса самым совершенным, на наш взгляд, является тушение. Тушат мясо обычно в закрытой кастрюле, а лучше в горшке из огнеупорной глины, так как глина лучше сохраняет тепло, чем металл. При этом в горшок наливают очень мало жидкости, так что мясо тушится в собственном соку, да и сок этот получается концентрированнее и значительно вкуснее, чем при всяком другом способе приготовления мяса.

Тушение хорошо и тем, что при этом способе даже самые жесткие части мяса размягчаются. Этот способ очень экономичен: при нем ничего не пропадает, все остается в горшке. Ведь тушат продукты на слабом огне, при температуре не выше 85–95 °С.

Можно тушить мясо на водяной бане. Сосуд с мясом ставится в другой сосуд с водой, которая кипит. Французы, чтобы повысить температуру кипения воды, добавляют в нее соль (40 % соли в 60 % воды). Температура кипения такой воды около 108 °С.

Этот способ хорош и тем, что нет необходимости стоять у плиты и следить, чтобы мясо не пригорело. На водяной бане мясо никогда не пригорает.

Наши предки широко использовали метод тушения, усовершенствовав его так, что даже аромат тушеного мяса весь улавливался и поглощался самим кушаньем. Для этого крышку горшка обмазывали тестом, и выходящий из горшка пар впитывался тестом. Иногда же вместо крышки на горшок клали лепешку из теста, которая пропитывалась душистыми запахами тушеного мяса и овощей.

Запеченное таким образом тесто служило прекрасным дополнением к кушанью.

Перед тушением мясо обычно слегка обжаривают до образования легкой румяной (но не темной) корочки. Тушение без предварительного обжаривания раньше называлось брезерованием.

Тушение всегда проводят при среднем жаре. Здесь преследуются две цели: во-первых, мясо должно доходить до готовности постепенно, во-вторых, сок, в котором оно тушится, не должен сильно кипеть. Иначе даже самое сочное мясо будет после тушения сухим.

Припускают блюда только на слабом огне, чтобы мясо не пригорало к дну посуды. При запекании же большого куска в тесте сначала помещают его в сильный жар, а затем, после того,

как тесто зарумянится, жар снижают до умеренного.

Очень часто у хозяек возникает вопрос, когда готовить мясо в открытой, а когда в закрытой посуде. Вот какой ответ на него мы прочитали в кулинарных книгах прошлого века. При варке, тушении и припускании посуда должна быть закрыта крышкой. Это необходимо для того, чтобы мясо прогревалось паром, а также для удержания ароматических веществ.

Жарка же производится в открытой посуде. Иначе защитная корочка не образуется.

Для всех перечисленных способов приготовления мяса надо выбирать посуду, соответствующую величине куска или тушки. Если посуда слишком тесна, жаркое неудобно поливать мясным соком, жаркое съеживается, теряет свою форму. Наоборот, в слишком большой посуде сок, едва покрывая дно, быстро выкипает и поэтому приходится больше подливать воды или бульона.

Вот такие нехитрые, но очень полезные общие рекомендации по приготовлению мясных кушаний оставили нам наши предки. Безусловно, их ценность ничуть не уменьшилась с появлением на кухне газовых и электрических плит. Просто нужно хорошо знать особенности своей плиты и уметь их использовать.

В качестве гарниров к мясным блюдам подаются картофель (жареный, отварной), тушеная и квашеная капуста, тушеная морковь и свекла, а также многие другие овощи. Хорошим гарниром являются гречневая каша, рис, фаршированная репа, макаронные изделия, домашняя лапша.

Разнообразят вкус и внешний вид мясных блюд соусы. Большинство горячих соусов в русской кухне готовят из мясного бульона, молока, сметаны, с добавлением небольшого количества пшеничной муки, жира, различных приправ и специй. Приготовление соусов описано в конце этого раздела.

Однако не будем далее тратить время на перечисление блюд из мяса, а лучше обратимся к самим рецептам.

Блюда из вареного мяса и субпродуктов

Говядина с острым соусом

1 кг говядины (грудинка, мякоть лопатки), 1 ст. 3 %-ного уксуса, перец, гвоздика, соль, лавровый лист по вкусу.

Для соуса: 2 луковицы, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки муки, 1 ст. сметаны, 2 яйца, 300 г соленых рыжиков, 1/2 ст. тертого сыра, соль по вкусу.

Кусок говядины натереть солью, уложить в кастрюлю, добавить перец горошком, лавровый лист, залить уксусом и дать настояться 2 час. Вскипятить воду, положить в нее кусок мяса, вымоченный в уксусе, и варить до готовности.

Приготовить соус: репчатый лук мелко изрубить и обжарить с мукой на сливочном масле. Добавить сметану, 1/2 стакана бульона, довести до кипения и снять с огня. В смесь добавить мелко нарезанные рыжики, сырые яйца и все хорошо размешать.

Мясо нарезать ломтиками, обсыпать тертым сыром, уложить на сковороду, залить соусом и запечь в разогретой духовке (20–25 мин).

В качестве гарнира к говядине подать разварной картофель.

Вместо соуса можно приготовить говядину с фасолью. Для этого 2 стакана белой фасоли замочить на сутки. Вымоченную фасоль выложить в кипящий бульон из-под говядины и разварить. Протереть фасоль через сито, развести соленым бульоном до желаемой консистенции и снова прокипятить. Полученным кремом залить говядину.

Отварная телячья грудинка

800 г грудинки, 1 ст. рисовой крупы, 1/2 лимона, 50 г сливочного масла, 4 ст. мясного бульона, перец горошком, соль по вкусу, пучок зелени петрушки.

Подготовленную грудинку сварить в мясном бульоне. Между тем приготовить рис: крупу промыть, обжарить на сливочном масле до румяной корочки (прямо в кастрюле), добавить 2 1/2 стакана воды, соль и варить до готовности. В готовый рис положить сливочное масло и перемешать. Уложить на блюдо рис, на него нарезанные ломтиками куски грудинки, полить небольшим количеством бульона, украсить зеленью петрушки, дольками лимона.

Грудинку можно варить и в воде, но при этом ее вкус

ухудшается. Рис можно сварить с морковью, изюмом, черносливом.

Говяжья вырезка на пару

800 г говяжьей вырезки, 100 г шпика, 5–8 картофелин, 2 столовые ложки сливочного масла, по 2 корня петрушки и морковки, 1 репа, 1 луковица, соль, перец молотый по вкусу.

Мясо хорошо отбить тяпкой, нашпиговать салом. На дно кастрюли положить сливочное масло, а на него мясо, мелко изрезанные коренья, лук, дольки репы, картофеля. Кастрюлю плотно накрыть крышкой.

Во вторую кастрюлю, значительно большую по объему, налить воду, довести ее до кипения, поставить в нее кастрюлю с мясом и варить 2–2,5 часа, постоянно доливая выкипающую жидкость. Готовую говядину выложить на блюдо, нарезать на ломтики, обложить овощами, с которыми она варилась, облить мясным соком.

Для приготовления этого блюда удобно использовать специальную пароварку или молоковарку с двойным дном.

Баранья грудинка с репой

1 кг грудинки, 5–6 репок, 1 корень петрушки, 1 луковица, 50 г сливочного масла, 1/2 ложки муки, зелень петрушки, перец горошком, соль по вкусу.

Грудинку положить в кастрюлю, залить водой и поставить на сильный огонь. Вода должна только прикрывать мясо. Когда вода закипит, снять накипь, убавить огонь до среднего, посолить, добавить лук, репу, корень петрушки и варить до готовности. Когда все продукты сварятся, добавить в кастрюлю масло, разведенную бульоном муку и дважды вскипятить, чтобы соус загустел. Грудинку вынуть из кастрюли, разрезать на куски. Вареную репу выложить на блюдо, обложить грудинкой, облить соусом и украсить зеленью.

Поросенок отварной под белым соусом

Небольшой поросенок, по 2–3 корня моркови и петрушки, 1 репа, соль, перец горошком, лавровый лист, 2 ст. белого соуса, 5–8 картофелин для гарнира, зелень петрушки.

Подготовленного небольшого поросенка разрубить на куски. Голову и ножки использовать для варки холодца, а остальное мясо нарубить кусками. Куски мяса уложить в кастрюлю,

добавить коренья, лук, соль, перец, лавровый лист и варить до готовности. Сваренное мясо выложить на блюдо и залить соусом. Рядом красиво выложить разварной картофель, зелень петрушки. Вместо белого соуса можно использовать соус сметанный с хреном.

Поросенок вареный фаршированный

Небольшой поросенок (2–3 кг), 500 г телятины (или молодой говядины), 1 ст. молока, 300 г пшеничного хлеба, 3 луковицы, 2 яйца, 300 г почечного телячьего жира, 2 ст. белого соуса (либо сметанного с хреном), соль, перец молотый по вкусу, овощи для сложного гарнира.

Подготовленного выпотрошенного поросенка вымочить, осторожно, не повредив кожу, удалить кости (кроме головы и ножек), промыть.

Приготовить фарш: телятину мелко изрубить, добавить размоченный в молоке хлеб, яйца, почечный жир, спассерованный лук (2 луковицы), соль, перец. Все пропустить через мясорубку. Нафаршировать поросенка, зашить его, завернуть в салфетку и положить в кастрюлю с холодной водой. Туда же положить кости поросенка, коренья, специи, лук. Варить до готовности. Готового поросенка вынуть из кастрюли, развернуть салфетку и уложить на блюдо. Полить белым соусом, вокруг букетами разместить сложный овощной гарнир.

Готовность поросенка определяют, проколов поварской иглой либо вилкой. Игла должна легко прокалывать кожу.

Телячья голова под соусом

Телячья голова средней величины, лавровый лист, 1/4 ст. виноградного уксуса, перец горошком, 1 луковица, соль по вкусу, 2 ст. белого соуса, 7–8 яичных желтков, 7–8 кусочков хлеба, зелень петрушки и укропа, овощи для сложного гарнира.

Телячью голову ошпарить, очистить, обсушить, натереть мукой и опалить. Удалить глаза, тщательно вымыть голову и уложить в большую кастрюлю или эмалированный бак. Залить в кастрюлю соленую воду так, чтобы покрыть ее, добавить уксус, лавровый лист, перец, лук и варить 1,5–2 часа. Вареную голову вынуть из кастрюли, уложить на разделочную доску; вскрыть череп и вынуть мозг; отнять нижнюю челюсть, отделить от нее мясо и нарезать его кусками; вынуть язык, очистить его от кожицы и нарезать пластинками; голову нарезать вдоль на куски. Пластинки языка свернуть конусами, в середину положить

кусочки мозга. Приготовить гренки: из белого хлеба вырезать круглые гренки и обжарить их в масле. Отделить желтки от белков, зажарить желтки на сковороде и уложить на гренки. На блюдо уложить овощной гарнир, на него куски головы. Вокруг телячьей головы разместить конусы из языка, перемешав их гренками с желтками. Голову полить белым соусом и украсить зеленью.

Рубцы отварные

1 кг рубцов, соль, перец молотый, лавровый лист, тмин, по 2 корня моркови, петрушки, 4–5 долек чеснока, пучок зелени петрушки. Для гарнира: 8 картофелин, 2 соленых огурца.

Подготовленные рубцы замочить в холодной воде на 2–3 часа, периодически меняя воду. В кастрюлю налить 3–4 л воды, положить рубцы, соль, морковь, лавровый лист, тмин, петрушку и варить до размягчения (2–3 часа). Сваренные рубцы посыпать молотым перцем, рубленым чесноком, зеленью петрушки, свернуть рулетом, перевязать нитками, положить в бульон и варить еще 1/2 часа. Вынуть из бульона, удалить нитки, нарезать кружочками, уложить на блюдо, рядом разместить сложный гарнир из картофеля, моркови, соленых огурцов. Отдельно подать хрен и уксус.

Вымя вареное с овощами

1 кг вымени, 3–4 моркови, 2 репы, 1 луковица, 4–5 картофелин, 1 1/2 ст. сметаны, лавровый лист, соль, перец горошком по вкусу

Вымя промыть, нарезать на куски, залить холодной водой, добавить соль, перец, лавровый лист и варить до готовности. Сваренное вымя нарезать кубиками (1 см), уложить в горшочки вместе с нарезанными овощами, залить наполовину бульоном и тушить в духовке до размягчения овощей. За 10–15 мин до окончания тушения добавить в горшочки сметану.

Язык говяжий в кисло-сладком соусе

Язык говяжий, по 1 корню моркови и петрушки, лавровый лист, перец горошком, соль по вкусу, 1 луковица.

Для соуса: 1 1/2 ст. бульона, 1 столовая ложка муки, 1 чайная ложка сахара, 2–3 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 2 столовые ложки изюма, 1/2 ст. чернослива.

Язык зачистить, хорошо промыть, залить холодной водой и

варить до готовности с кореньями моркови и петрушки, перцем и луком. Сваренный язык вынуть, опустить в холодную воду, очистить от кожи и снова опустить в горячий бульон.

Приготовить кисло-сладкий соус: обжарить на сливочном масле муку, добавить сахар и бульон, в котором варится язык, влить уксус и хорошо все перемешать. Чернослив отварить, изюм размягчить в воде, положить их в соус и прокипятить 8-10 мин. Язык выложить на блюдо и полить соусом, рядом разместить гарнир из вареных картофеля, моркови, соленых огурцов.

Почки в сметане

600–800 г почек, 5–8 картофелин, по 1 корню моркови, репы, 4–5 соленых огурцов, 1 ст. сметаны, 3–4 дольки чеснока, 1 столовая ложка томата-пюре, соль, перец по вкусу.

Почки (говяжьи, свиные, бараньи) разрезать пополам, залить холодной водой и вымачивать 2–3 часа, меняя воду. Затем положить их в кастрюлю, залить холодной водой (3 л) и довести до кипения. Отвар слить, залить почки чистой водой и снова довести до кипения. Этот отвар снова слить, залить водой и варить почки до готовности. Готовые почки вынуть из кастрюли, обмыть, нарезать тонкими ломтиками и слегка обжарить. Морковь, репу, картофель нарезать дольками и тоже обжарить. Овощи и почки положить в горшочек, добавить очищенные и нарезанные огурцы, соль, перец, залить сметаной с томатом, положить рубленый чеснок и тушить в духовке до готовности овощей.

Рулет из свинины по-русски

800 г нежирной свинины, 300–400 г свежего свиного сала, свиные уши, 2 луковицы, 2 головки чеснока, 1/2 чайной ложки молотого черного перца, базилик, тмин, лавровый лист, гвоздика, соль по вкусу, свиной желудок, 1 ст. 3 %-ного уксуса.

Мясо, сало, подготовленные свиные уши пропустить через мясорубку, добавить шинкованный лук, истолченный чеснок, перец, соль, базилик, тмин и все хорошо перемешать. В хорошо обработанный и промытый свиной желудок уложить фарш и перевязать желудок с обеих сторон. Положить желудок в кастрюлю, добавить уксус, лавровый лист, гвоздику, соль и варить на не сильном огне до готовности (около 2 час). Сваренный желудок вынуть из бульона, положить под пресс (немного сплюснув) и дать полностью остыть. Перед подачей на стол желудок прогреть в бульоне и нарезать на плоские куски. В

качестве гарнира подать тушеную капусту, разварной картофель, полить бульоном, в котором варился желудок.

Котлеты из вареной говядины

1 кг говядины, 2–3 луковицы, 2 яйца, 1 столовая ложка растительного масла, 1/2 ст. сметаны, 2 яйца (для льезона), 1/2 ст. панировочных сухарей, 50 г кулинарного жира, мускатный орех, соль, перец по вкусу.

Взять вареную говядину из супа или бульона, когда остынет, нарезать ее на кусочки, очистить от пленок и жил, нарубить мелко с 2–3 луковицами, добавить ложку растопленного масла, перец, соль, 2–3 яйца, мускатный орех, можно также добавить 1/4 или 1/2 стакана сметаны, размешать все это, наделать котлет, смазать с обеих сторон яйцом, обвалять в сухарях, растопить на сковороде немного жира и поджарить котлеты с обеих сторон.

К таким котлетам подают: грибной соус, жареный картофель, картофельное пюре, тушеную брюкву, горошек и пр.

Блюда из жареного (запеченного) мяса и субпродуктов

Баранина жареная

1 кг баранины, 1 головка чеснока, соль по вкусу, масло сливочное (если баранина очень постная).

Для гарнира: картофель или гречневая каша, свежие огурцы, помидоры, зелень петрушки, укропа.

Кусок баранины натереть солью и чесноком и уложить на смазанный маслом противень жирной стороной вверх. Поместить противень в хорошо прогретую духовку и жарить до тех пор, пока мясо не зарумянится. Убавить огонь в духовке и периодически (первые 10–15 мин) поливать баранину соком, который из нее выделяется. Если сока мало, добавить в противень воду — это улучшит соковыделение. Готовность мяса определить, прокалывая его поварской иглой или вилкой.

Жареную баранину нарезать на куски, уложить на блюдо, полить мясным соком. Обложить мясо гарниром: жареным картофелем или рассыпчатой гречневой кашей. Украсить зеленью, свежими огурцами, помидорами.

Чтобы отбить специфический привкус баранины, перед жаркой подержать ее (30 мин) в слабом растворе уксуса, прокипяченном со специями.

Отбивные бараньи котлеты

Из бараньего бока нарезать котлеты так, чтобы на каждую котлету приходилось по два ребра. Одно ребро вынуть из котлеты, второе укоротить, очистить жилы. Подготовленные котлеты слегка отбить деревянным молотком, посолить и обвалять в мелко истолченных сухарях.

Распустить на сковороде топленое масло и, когда оно хорошо прогреется, положить котлеты. Обжарить их с обеих сторон до румяности, убавить огонь, накрыть сковороду крышкой и дожаривать еще 15 мин.

Готовность мяса определить, нажав на котлету ножом. Если кровяной сок не выделяется, значит, котлета готова.

Выложить котлеты на блюдо, а на оставшемся в сковороде соке приготовить соус, которым полить котлеты. К бараньим котлетам хорошо подать картофельное пюре.

Телячья грудинка фаршированная

1 кг телячьей грудинки, 3–4 столовые ложки сливочного масла, соль по вкусу, картофель для гарнира, пучок зелени петрушки Для фарша: 300 г печени, 1 ст. рассыпчатой гречневой каши, 1 луковица, 50-100 г шпика, 1 яйцо.

Грудинку натереть солью, сделать надрез в виде большого кармана.

Приготовить фарш: мелко нарубленный шпик положить на разогретую сковороду с маслом, добавить нашинкованный лук, куски печени, все посолить и прожарить. Жаркое с луком пропустить через мясорубку, смешать с гречневой кашей и сваренным вкрутую рубленым яйцом. Уложить фарш в «карман» грудинки и зажарить в духовке, поливая мясным соком. Готовую грудинку нарезать на куски, уложить на блюдо. Обложить гарниром из жареного картофеля, посыпать зеленью петрушки.

Телячьи мозги, жаренные в сухарях

600–800 г мозгов, 1/2 ст. 3 %-ного уксуса, 1 ст. воды, 1 луковица, 4 столовые ложки муки, 2 яйца, 50–70 г сливочного масла, 1 ст. панировочных сухарей, соль, перец горошком, лавровый лист.

Для гарнира: картофель, зеленый горошек, свежие помидоры, огурцы, зеленый салат, петрушка.

В кастрюлю влить стакан воды, уксус, положить очищенную луковицу, лавровый лист, соль, перец. Поставить кастрюлю на огонь и довести маринад до кипения.

Опустить в маринад подготовленные мозги и варить до полуготовности. Вынуть мозги из маринада, обсушить, обвалять в муке, затем в яйце и сухарях.

На сковороде распустить сливочное масло и обжарить до готовности панированные мозги. Жареные мозги уложить на блюдо, а рядом разместить гарнир из отварного картофеля, зеленого горошка, украсить свежими овощами, зеленью салата и петрушки.

Телячьи ножки под соусом

4 телячьи ножки, по 2 корня моркови и петрушки, 2 луковицы, 1/2 ст. муки, 1 ст. панировочных сухарей, 50–70 г сливочного масла, 3 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 2 яйца, перец горошком, лавровый лист, соль по вкусу.

Для гарнира: *картофель или горох.*

Для соуса: *1 ст. бульона, 2 столовые ложки муки, 1 лимон, 1 ст. сметаны, 30 г сливочного масла, соль по вкусу.*

Ножки обварить кипятком, обсушить, натереть мукой и опалить. Зачистить, обмыть, сбить роговину, сделать надрез между копытцами до кости. Надрезая кожу вдоль ножки с двух сторон, снять ее с кости вместе с мякотью, оставляя бабки. Мякоть промыть. Уложить мякоть в кастрюлю, добавить коренья моркови и петрушки, перец, лавровый лист, луковицу, уксус, воду и варить без соли 1,5–2 часа до размягчения, перед окончанием варки посолить. Обвалять мякоть в муке, яйцах и сухарях, положить на разогретую сковороду и прожарить на сливочном масле.

Между тем приготовить соус: распустить на сковороде сливочное масло, добавить муку и слегка обжарить ее. Измельчить лимон (без цедры), соединить его с подсоленной сметаной и, вылив на сковороду, прокипятить, затем добавить бульон, в котором варились ножки, доведя соус до желаемой консистенции. Уложить ножки на блюдо, полить соусом, рядом разместить гарнир (картофельное или гороховое пюре).

Буженина жареная

1 кг свинины, 50 г сливочного масла, лавровый лист, перец горошком, соль, чеснок по вкусу, 8-10 картофелин, 4 луковицы, пучок зелени укропа или петрушки.

Свинину (целый кусок) обмыть в холодной воде и, не обсушивая, положить на противень. Чтобы свинина не касалась противня, дно его предварительно выложить березовыми лучинами. Сделать в мясе проколы ножом и вставить в них кусочки чеснока, горошины перца. Обсыпать мясо солью, истертым лавровым листом, полить маслом. Вылить на противень 1/2 стакана горячей воды и поставить его в разогретую духовку.

После того, как мясо зарумянится, положить на противень очищенный картофель и луковицы и поливать все соком, который выделяется из мяса. Запекать до готовности всех продуктов. Готовую свинину нарезать на куски, уложить на блюдо вместе с картофелем и луком, обсыпать зеленью укропа или петрушки.

Свиная грудинка, фаршированная капустой и яблоками

800 г грудинки, 2–3 столовые ложки квашеной капусты, 5 кислых яблок, 50 г сливочного масла, 1 луковица, соль, перец по вкусу.

У промытой свиной свежей грудинки перерубить косточки, сделать ножом большое отверстие между костями и мясом и нафаршировать.

Для фарша: обваренную кипятком кислую капусту отжать и смешать с мелко нарезанными яблоками и сливочным маслом.

Грудинку зашить, уложить на смазанную маслом сковороду, обсыпать мелкорубленым луком и зажарить в духовке до готовности.

Жареный поросенок с гречневой кашей

Средний поросенок, 1/2 ст. водки, 1 чайная ложка соли, 1/2 ст. растопленного сливочного масла, 5 ст. рассыпчатой гречневой каши с луком, 5 яиц, сваренных вкрутую.

Подготовленного поросенка вместе с головой и ножками натереть водкой с солью, чтобы кожа стала жесткой и хрустящей. Уложить поросенка на противень (животом вниз), ножки подогнуть. Полить растопленным маслом и поставить в сильно разогретую духовку. Когда поросенок зарумянится, огонь уменьшить. Поливая тушку через каждые 10 мин стекающим с нее соком, довести до готовности.

Между тем сварить рассыпчатую гречневую кашу, обжарить ее с мелко нарубленным луком и рублеными яйцами. Поросенка разрезать вдоль, а затем поперек на куски. На большое овальное блюдо положить слой каши, на него поросенка, с боков обложить его кашей, украсить яйцами, вареной морковью, зеленью. Вместо глаз вставить маслины.

Жаркое с овощами

500–600 г мяса (говядина, свинина, телятина), 50 г сливочного масла, 6–7 картофелин, 4–5 морковок, 1 луковица, соль, перец по вкусу, пучок петрушки.

Мясо нарезать на куски по 50–60 г, натереть солью, выложить на прогретую сковороду с маслом, добавить мелко нарезанный лук и жарить до полуготовности. Затем к мясу добавить крупно нарезанную морковь и поставить сковороду в разогретую духовку. Через 10–15 мин положить в сковороду картофель и жарить до готовности вместе с мясом и морковью, поливая мясным соком и помешивая. Если сока мало, полить бульоном.

На стол подавать прямо на сковороде. Жаркое украсить зеленью петрушки.

Бефстроганов с горчицей

800 г говядины, 100 г сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 2 ст. мясного бульона, 1 чайная ложка горчицы, 1 луковица, 1–3 ст. сметаны, перец молотый, соль по вкусу.

Говядину нарезать плоскими кусками, отбить тяпкой, затем разрезать на кусочки (1х2 см), уложить в миску, посыпать солью и перцем, накрыть крышкой (чтобы мясо не высыхало) и оставить на 1–1,5 часа. Остывшую мучную пассировку развести бульоном, добавить горчицу, немного перца, все размешать и прокипятить. На раскаленной сковороде поджарить с маслом говядину, выложить ее в соус, добавить сметану, жареный репчатый лук и прокипятить 2–3 мин.

К говядине хорошо подать разварной картофель и зелень петрушки или укропа.

Название этого популярного в России блюда происходит от двух слов: французского беф и русской фамилии Строганов. Беф — по-французски — говядина. А кто же такой Строганов? Граф Григорий Александрович Строганов (1770–1857) принадлежал к одному из самых богатых и родовитых семейств России, занимал важные дипломатические посты.

Большой гурман, он любил вкусно поесть и держал всегда самых лучших поваров. Один из этих поваров и создал оригинальное блюдо из скобленого мяса, которое пришлось по вкусу привередливому графу и было названо в его честь.

Правда, злые языки утверждали, что это блюдо было специально создано для старого графа, потерявшего зубы и неспособного прожевать обыкновенный бифштекс. Рубленого же мяса граф терпеть не мог.

Так или иначе, граф Строганов увековечил свое имя не только в истории дипломатии, но и в кулинарии. Что же касается повара — истинного изобретателя этого блюда, как это часто бывает, имя его осталось неизвестным.

Скоблянка

600–700 г говядины (мякоти), 3 луковицы, 50 г маргарина для жарки, 2 ст. сметаны, по 2 столовые ложки муки и сливочного масла, соль, перец по вкусу.

Для гарнира: 4–6 картофелин, 50 г сливочного масла, соль по вкусу, пучок зелени петрушки.

Лук нашинковать тонкими полукольцами и обжарить на маргарине в глубокой сковороде. Когда лук размягчится, но еще не зарумянится, влить в сковороду сметану, добавить томат-пасту и прокипятить смесь в течение нескольких минут. Чтобы соус не пригорел, его следует периодически помешивать.

Растереть муку со сливочным маслом и добавить в соус, который предварительно необходимо снять с огня. Помешивая соус лопаткой, добиться, чтобы мука с маслом распустились в соусе. После этого соус посолить, поперчить и прокипятить в течение 2–3 мин.

Нарезать мясо как для бефстроганова, посолить, поперчить его и поджарить на широкой сильно разогретой сковороде с маргарином. Главное, чтобы кусочки мяса быстро зарумянились, не успев выделить сок. Поджаренное мясо выложить на блюдо, облить соусом, вокруг уложить картофелем «а ля Пушкин», украсить зеленью.

Готовить этот картофель так: сварить «в мундире», очистить, нарезать ломтиками и обжарить на сливочном масле.

В старых кулинарных книгах соус для скоблянки рекомендуется процеживать через салфетку. Делают это так: на салфетку кладут 3–4 столовые ложки соуса, собирают салфетку в узелок и выкручивают. Дело это довольно долгое, а эффект состоит лишь в том, что консистенция соуса становится однородной. Думая, что это не самое главное, мы предлагаем готовить соус без процеживания.

Что же касается названия картофеля «а ля Пушкин», то существуют самые разные версии его появления. Согласно одной из них А.С. Пушкин, придя домой очень поздно, не захотел будить свою любимую няню и, заглянув на кухню, смастерил себе ужин из того, что подвернулось под руку. Первое же, что увидел поэт, был картофель, сваренный в кожуре. Его-то и зажарил Александр Сергеевич, не подозревая, что совершает кулинарное открытие, так как до этого никто вареный картофель не жарил.

Блюдо оказалось довольно вкусным и прижилось под названием «а ля Пушкин».

Безусловно, если подойти к этой байке строго, она не выдерживает критики, но согласитесь, поверить в нее довольно заманчиво.

Печень в форме

600 г печени (телячья или говяжья), 200–300 г говядины, 100 г сала шпика, 3 столовые ложки панировочных сухарей, 2 яйца, 1/2 ст. молока, 50 г сливочного масла, соль, перец по вкусу.

Подготовленную печень слегка отбить (ручкой ножа), уложить на дно предварительно смазанной сливочным маслом формы, посолить, поперчить. Говядину и сало пропустить через мясорубку, залить смесью из яиц, сливочного масла, панировочных сухарей и молока, посолить. Все размешать. Смесь

выложить ровным слоем на печень и запечь в разогретой духовке.

Сверху в форму можно положить средней величины картофелины и нарезанную крупными кусками морковь.

Перед подачей блюдо можно обсыпать жареным луком.

Говядина, запеченная под соусом

800 г говядины, по 2 корня петрушки и моркови, 3 луковицы, 1/2 ст. тертого желтого сыра, перец горошком, лавровый лист, соль по вкусу. Для соуса: 1 ст. мясного бульона, 1 ст. сметаны, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 3 сырых яичных желтка, соль по вкусу.

Говядину сварить до готовности со специями (перцем, солью, лавровым листом), луковицей, кореньями. Приготовить соус: в мучную пассеровку с маслом добавить бульон, сметану и довести до кипения, снять с огня. В соус вылить три яичных желтка, добавить соль, перец и перемешать. Уложить нарезанную ломтиками говядину в форму или сковороду, посыпать обжаренным луком (2 луковицы), залить соусом, сверху обсыпать ровным слоем тертого сыра. Форму поставить в разогретую духовку и запечь, пока сыр не зарумянится.

Шницель из печени по-московски

250–300 г печени, 2 луковицы, 1/2 ст. панировочных сухарей, 50 г сливочного масла, 8-10 картофелин для пюре, соль, перец молотый по вкусу.

Зачищенную, промытую печень нарезать на широкие ломтики толщиной с палец. Слегка отбить тупой стороной ножа, не нарушая формы куска. Куски посолить, поперчить, обвалять в сухарях (не очень мелко размолотых). Зажарить шницель на масле и подать с картофельным пюре. Сверху обсыпать шинкованным жареным луком.

Тушеное мясо

Ушное

800 г говядины (лучше вырезки), 3 столовые ложки сливочного масла, 4–5 картофелин, 1 луковица, 2–3 моркови, 2 репы, 1/2 ст. тертых ржаных сухарей, 1/2 ст. сметаны, 2–3 дольки чеснока, перец горошком, соль, лавровый лист, 1/2 ст. мясного бульона.

Мясо разрезать на куски по 50–60 г, отбить деревянным

молотком, посолить, уложить в миску и дать настояться под крышкой 20–30 мин. В керамические горшки (или кастрюлю с широким дном) влить растопленное сливочное масло, положить лавровый лист и перец горошком, говядину. Сверху посыпать нашинкованным обжаренным луком и тертыми ржаными сухарями. Овощи нарезать дольками и положить в горшочек, залить бульоном, посолить и поставить в разогретую духовку. Перед окончанием тушения добавить в горшочек сметану с растертым чесноком.

Подавать в горшочке либо на тарелке со свежими огурцами, помидорами, зеленым салатом.

Говядина, тушенная по-русски

600–800 г говядины, 3 луковицы, по 1 корню моркови и сельдерея, 2 ломтика ржаного кислого хлеба, 150 г шпика, 1/2 ст. муки, 50 г топленого масла, 2 ст. бульона, 1/2 ст. сметаны, 4–6 картофелин, соль, перец горошком, лавровый лист, зелень.

Кусок мяса от задней ноги или лопатки нарезать широкими ломтями, посолить, обвалять в муке и обжарить на масле с обеих сторон до образования поджаристой корочки. Смешать в большой миске репчатый лук, морковь и сельдерей, нашинкованные соломкой, ржаной кислый хлеб, нарезанный мелкими кубиками, лавровый лист, горошины черного перца, соль. Дно широкой кастрюли или глиняного горшка уложить тонкими ломтиками шпика. На него поместить слой из ломтей обжаренного мяса, а на мясо — слой овощной смеси. Затем снова слой мяса и слой смеси. Продукты залить бульоном так, чтобы он только покрывал второй слой мяса.

Кастрюлю поставить на огонь и довести бульон до кипения. Затем поместить ее в разогретую духовку. Если мясо готовится в горшочках, их ставить только в духовку. Тушить мясо в течение 2–2,5 час под крышкой. За 20–25 мин до окончания тушения добавить сметану.

К готовому мясу отдельно подавать разварной картофель. Если мясо тушилось в порционных горшочках, то подавать его следует в них же.

Свинина духовая под соусом

1 кг свинины, 1/3 ст. мадеры, 1/3 ст. 3 %-ного уксуса, соль, перец горошком, лавровый лист, 50 г сливочного масла.

Для соуса: *1 ст. чернослива, мякоть 3–4 ломтиков*

пшеничного хлеба, 1/2 чайной ложки корицы, 1/3 ст. молока, 1 столовая ложка сахара.

Мясо разрезать на 8-10 кусков, отбить деревянным молотком, посолить и слегка обжарить на сковороде с маслом. В кастрюлю с широким дном выложить мясо, влить стакан кипятка, мадеру, уксус, добавить перец, лавровый лист, накрыть крышкой и тушить на среднем огне, время от времени переворачивая куски.

Пока тушится свинина, приготовить гарнир для соуса: разварить до мягкости чернослив, освободить его от косточек и протереть через сито. Размочить в молоке хлеб и смешать его с черносливом. Добавить молотую корицу, сахарный песок.

Когда свинина будет готова, соком, в котором она тушилась (1 1/2 — 2 стакана), разбавить гарнир для соуса и все довести до кипения. Куски свинины выложить на блюдо, залить соусом, подать с любым овощным гарниром.

Баранина с огурцами

1 кг баранины, 3 столовые ложки муки, 100 г маргарина, 1 л воды, 1 столовая ложка уксуса, 4 огурца, соль по вкусу.

Баранину нарезать красивыми кусками и обжарить на раскаленной сковороде в течение 5–7 мин. Переложить мясо в кастрюлю, залить кипятком и сварить до мягкости. Между тем огурцы очистить от кожицы, удалить семена и нарезать тонкими дольками. На сковороде, где обжаривалось мясо, прогреть муку, размешать ее с 1 стаканом бульона и уксусом. Затем в эту смесь положить дольки огурцов и тушить под крышкой до полного размягчения огурцов.

Куски баранины перед подачей полить горячим соусом. На гарнир подать жареный брусочками картофель. ©

Баранина, тушенная с овощами

500 г мякоти баранины, 5–6 клубней картофеля, 200 г свежей капусты, по 2 корня моркови и петрушки, 1 столовая ложка муки, 2 дольки чеснока, соль, специи по вкусу.

Баранину нарезать на кусочки по 30–40 г, сложить в кастрюлю, залить кипящим бульоном, довести до кипения и варить, снимая пену. Когда закончится пенообразование, положить в бульон морковь, петрушку, лук. Сварить баранину до полуготовности, переложить ее в горшочки, добавить дольки сырого картофеля, слегка обжаренные коренья с луком, нарезанную шашечками капусту, перец, лавровый лист. Все это

залить белым соусом, приготовленным на бульоне, в котором варилась баранина. Горшочки поставить в разогретую духовку и тушить мясо до готовности. За несколько минут до окончания тушения добавить в горшочки толченый чеснок, разведенный бульоном.

Подавать к столу прямо в горшочках.

Свинина, тушенная с лапшой

500–600 г свинины, 60 г сливочного масла, 2 луковицы, 3 свежих помидора, 2 ст. бульона, 2 стручка красного сладкого перца, 200–250 г домашней лапши (или макарон), 1/2 ст. тертого желтого сыра, соль, перец молотый по вкусу.

Мякоть поясничной части или задней ноги нарезать широкими ломтями толщиной в палец. Отбить, посыпать куски солью и перцем и обжарить на масле до образования румяной корочки. Сложить мясо в кастрюлю с широким дном, залить бульоном и поставить на сильный огонь. Лук измельчить и обжарить с маслом, перец нарезать короткой лапшой, у помидоров удалить кожицу и нарезать их дольками. Выложить овощи в кастрюлю с мясом и кипящим бульоном, накрыть крышкой, убавить огонь до среднего и тушить до полной готовности. Лапшу отварить до полуготовности и за 10–15 мин до готовности мяса положить в кастрюлю, где оно тушится. Готовое мясо выложить на блюдо, на него положить лапшу и овощной соус, в котором оно тушилось. Обсыпать тертым сыром.

Рагу из говядины и свинины

800 г говядины, 200 г свинины, 50 г сливочного масла, 4–5 небольших луковиц, 1/2 ст. красного вина, 2 столовые ложки муки, соль, перец по вкусу, пучок зелени петрушки.

Говядину и свинину нарезать небольшими кусками. В широкой кастрюле распустить сливочное масло и поджарить свинину до готовности. Куски обжаренной свинины выложить в миску, а в кастрюлю положить куски говядины, посыпать их солью, перцем и жарить 20–25 мин на слабом огне.

Всыпать муку, перемешать ее с маслом, залить вином и половиной стакана кипятка, накрыть кастрюлю крышкой и тушить почти до полной готовности мяса. За 10 мин до окончания тушения положить на говядину куски жареной свинины, обжаренный на сливочном масле шинкованный лук, накрыть крышкой и тушить до готовности.

Выложить рагу на подогретое блюдо, обложить его тушеной капустой или жареным картофелем. Украсить зеленью.

Говядина, тушенная в маринаде

600 г говядины (мякоть), 50 г сливочного масла, 2 столовые ложки томата-пюре, 2 луковицы, 2 лавровых листа, 5 зерен перца, 1 столовая ложка сахара, 1/2 ст. 3 %-ного уксуса, 1 чайная ложка картофельного крахмала, соль по вкусу.

В кастрюлю влить 1 стакан воды, уксус, положить сахар, соль, лавровый лист, перец и сварить маринад. Мясо нарезать плоскими ломтиками, залить холодным маринадом, накрыть крышкой и поставить в холодильник на сутки.

Затем мясо вынуть из маринада, обсушить и обжарить на масле с шинкованным полукольцами луком. Когда мясо зарумянится, влить в сковороду, где оно обжаривается, маринад, добавить томат-пюре и тушить на маленьком огне примерно 1 час.

Готовое мясо вынуть, а в сковороду положить разведенный в холодной воде крахмал и, помешивая, довести соус до загустения. Затем протереть его через сито, прогреть и облить им мясо.

На гарнир подать разварной картофель или тушеную капусту.

Печень, тушенная с грибами

800 г телячьей (говяжьей) печени, 1 ст. сметаны, 2 луковицы, 5–6 сушеных грибов, 2 чайные ложки сахара, 1–2 столовые ложки томата-пюре, 50 г сливочного масла, 1/2 ст. муки, соль, перец молотый по вкусу.

Печень нарезать небольшими ломтиками (толщиной в палец), посыпать солью, перцем, обвалять в муке и обжарить на сливочном масле. При этом после прокола вилкой из куска обжаренной печени должен выделяться красный сок.

Грибы замочить, отварить, мелко нарезать и обжарить вместе с нашинкованным луком.

Печень вместе с грибами и луком уложить в глиняные горшки (можно в кастрюлю), залить в каждый горшок 1/2 стакана грибного отвара, 1/2 стакана сметаны, ложку томата-пюре и тушить до готовности печени 15–20 мин в духовке.

К печени подать квашеную капусту, соленые огурцы, свежий салат.

В горшочек можно положить также жареные ломтики

картофеля.

Сердце, тушенное с овощами

500–600 г сердца, 5 картофелин, 3 морковки, 2 луковицы, 1 репа, 1 корень петрушки, 2 соленых огурца, 2 ст. томатного соуса, 1/2 ст. сметаны, лавровый лист, соль, перец по вкусу, пучок зелени петрушки.

Сердце говяжье или свиное промыть, вымочить в холодной воде 2–3 час. Промыть, положить в кипящую воду и варить при слабом кипении (говяжье сердце — 3–4 час, свиное — 2–2,5 час). За один час до окончания варки добавить соль. Сваренное до мягкости сердце вынуть из отвара, положить в холодную воду на 20–30 мин, затем, вынув из воды, нарезать поперек волокон на небольшие тонкие ломтики, положить в посуду, залить горячим томатным соусом и добавить сметану.

Овощи (кроме огурцов) нарезать дольками и слегка обжарить с жиром. Соленые огурцы (некрупные с недозрелыми семенами и грубой кожей) очистить, разрезать вдоль на 3–4 части, удалить семена и нарезать дольками. Огурцы и обжаренные овощи уложить в посуду с кусочками вареного сердца, добавить лавровый лист, перец горошком, перемешать и тушить в закрытой посуде при слабом кипении до готовности овощей.

При подаче сердце вместе с овощами и соусом положить на тарелку или блюдо и посыпать мелкорубленой зеленью петрушки.

Это блюдо можно приготовить в горшочке, а также без сметаны и огурцов.

«Гусарская печень»

1 кг говядины, 50 г сливочного масла, 1/2 ст. тертого желтого сыра, 2 луковицы, 2 яичных желтка, 1/2 ст. панировочных сухарей, соль, перец молотый по вкусу.

Кусок мякоти говядины (от толстого края) хорошо отбить, посолить и прожарить в духовке основным способом, поливая соком или бульоном.

Пока мясо жарится, приготовить фарш: лук очень мелко нарубить и слегка обжарить на сливочном масле. Затем смешать его в миске с тертым сыром, желтками яиц, перцем, солью, панировочными сухарями.

Кусок жареного мяса нарезать ломтями (в палец толщиной), но не дорезая до конца (так, чтобы получилось подобие блокнота с листами). Между ломтями мяса уложить слои фарша и

перевязать кусок широкой лентой так, чтобы он не развалился при дальнейшей обработке. Уложить мясо в кастрюлю, облить соком, оставшимся от жарки мяса, накрыть крышкой и тушить до готовности.

Готовое мясо вынуть из кастрюли, освободить от ленты и нарезать поперек. Куски уложить на блюдо и украсить любым сложным гарниром.

Почки с картофелем и солеными огурцами

600–800 г почек, 100 г сливочного масла, 8-10 картофелин, 3 соленых огурца, 2 луковицы, 1/2 ст. огуречного рассола, 1 ст. сметаны, 2 ст. мясного бульона, соль, перец по вкусу, зелень петрушки или укропа.

Сварить почки так же, как для блюда «Почки в сметане», затем нарезать их ломтиками. Лук мелко нашинковать и поджарить на сливочном масле в глубокой сковороде, сверху положить ломтики почек и, переворачивая, слегка обжарить с луком. Влить в сковороду огуречный рассол, накрыть крышкой и тушить 15–20 мин. Затем добавить 2 стакана мясного бульона, нарезанный брусочками картофель, ломтики соленых огурцов, если нужно, соль и перец и тушить под крышкой до готовности продуктов. Перед окончанием тушения влить стакан сметаны, довести все до кипения и снять с огня. При подаче посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки или укропа.

Лапшевник с мясом

По 250 г мякоти говядины, сердца, легкого, печени, 300–400 г домашней лапши, 2 луковицы, 2 яйца, 80 г сливочного масла, 1/2 ст. панировочных сухарей, 1/2 ст. сметаны, перец молотый, соль по вкусу.

Домашнюю лапшу приготовить, как описано в разделе «Супы». Отварить ее в подсоленной воде, заправить сливочным маслом и смешать со взбитыми яйцами.

Легкое, сердце, печень сварить, мясо нарезать мелкими кусочками и обжарить. Все мясные продукты залить 2 стаканами отвара от лапши и потушить под крышкой 15–20 мин. Вынуть из отвара мясо и субпродукты и пропустить через мясорубку, добавить к ним обжаренный лук, перец, соль и перемешать. Противень смазать маслом и уложить на него слоями лапшу и мясопродукты, так, чтобы нижний и верхний слои были из лапши. Обсыпать лапшу сухарями, облить сметаной. Противень

поставить в разогретую духовку и запекать 20–25 мин.

Блюда из рубленого мяса

Котлеты из рубленой говядины

800 г мякоти говядины, 200 г почечного сала, 3 ломтика белого хлеба, 1/3 ст. молока, 100 г сливочного масла, 2 яйца, 1 ст. панировочных сухарей, соль, перец по вкусу.

Подготовленные мясо и сало пропустить через мясорубку. На сливочном масле поджарить нашинкованный лук, добавить его в фарш, посолить, поперчить и еще раз пропустить через мясорубку. Добавить в фарш размоченный в молоке хлеб и, подливая молоко, взбить фарш до пышной консистенции.

Выложить фарш на смоченную водой разделочную доску и, разделив его на небольшие куски, с помощью ножа сформовать из них лепешки с небольшими углублениями посередине. В каждое углубление налить по чайной ложке бульона (воды) или растопленного сливочного масла.

Края лепешки завернуть конвертиком и придать изделию форму котлеты.

Обвалять котлеты в яйце и сухарях, а затем зажарить на сковороде с маслом. При этом вначале жарить завернутой стороной вниз. Готовность котлеты определить, надавив на нее ножом. Если сок, который из нее выделился, светлый, то котлета прожарилась.

В качестве гарнира к котлетам подают тушеную капусту, жареный картофель или пюре, овощи.

Довольно вкусные котлеты получаются, если в фарш вместо хлеба добавить сырые овощи, например, морковь, лук.

Зразы

5–7 сухих грибов, 3 луковицы, 100 г шпика, остальные продукты, как для котлет.

Приготовить мясной фарш, как описано в предыдущем рецепте. Грибы промыть, отварить, нарубить, добавить измельченный шпик, обжаренный шинкованный лук, панировочные сухари, соль, перец и все хорошо перемешать.

Из мясного фарша сформовать лепешки, выложить на них ровным слоем грибную массу, лепешки осторожно завернуть в трубочки и перебинтовать широкой тесемкой, чтобы зразы не разваливались. Уложить изделия в сковороду с маслом, облить маслом или сметаной и поставить жариться в хорошо разогретую

духовку.

Готовые зразы вынуть из сковороды, удалить тесемки, уложить на блюдо и обсыпать рубленой зеленью.

Из фарша можно также сделать один большой блин и уложить на него грибную начинку. В этом случае перед подачей изделие следует нарезать ломтиками толщиной 2–3 см.

В качестве гарнира к зразам подать разварной картофель и соленые огурцы.

Считается, что слово «зразы» пришло в лексикон русской кулинарии из Польши в середине XIX века. Его первоначальное значение «отрезанный кусок». Когда-то зразы именно так и готовили: отрезали кусок мяса, отбивали его и жарили. Теперь, как вы могли убедиться из приведенного рецепта, это блюдо скорее напоминает мясные котлеты с начинкой.

Фаршированные луковицы

8 крупных луковиц, 4 сосиски, 50 г сливочного масла, 1/2 ст. сливок (сметаны), 1 столовая ложка муки, 1 чайная ложка томата-пюре, соль, перец по вкусу, зелень петрушки.

Лук очистить и опустить на 1–2 мин в кипяток. Затем срезать верхушку и корешок, десертной ложкой вынуть середину, чтобы получились чашечки. Вынутый лук и сосиски очень мелко изрубить и обжарить на сливочном масле. Влить в эту же сковороду сливки, предварительно размешав их с солью, перцем, обжаренной мукой, томатом-пюре. Смесь прокипятить до загустения и слегка охладить. Нафаршировать ею луковицы, сверху обсыпать тертым сыром, обрызгать сливочным маслом и запечь в духовке в течение 5–7 мин.

Готовые луковицы разложить по две на порцию и украсить зеленью.

Луковицы можно фаршировать также картофельным пюре с жареным луком, кнелью из кур и др.

Битки в сметане

2 кг котлетного фарша, 1 ст. сметаны.

Сформовать из фарша битки круглой формы меньшего размера, чем котлеты. Обжарить их на сковороде с маслом так, чтобы они только подрумянились. Сложить все битки в сковороду, на которой жарились, облить сметаной, запечь в духовке в течение 20 мин.

Рулет фаршированный

1 кг котлетного фарша, 4–5 морковок, 50 г сливочного масла, 1 ст. сметаны, 1/2 ст. панировочных сухарей.

Разложить на стол мокрую салфетку, на нее выложить котлетный фарш и придать ему форму большого блина.

Морковь натереть на терке и обжарить с маслом в течение 5-10 мин. Затем перемешать ее с 1/2 стакана сметаны и выложить ровным слоем на мясной фарш. Осторожно поднимая салфетку за один край, свернуть из мясного блина трубочку и опять же с помощью салфетки уложить ее на противень, смазанный маслом. Облить рулет оставшейся сметаной, обсыпать сухарями и запечь в духовке до готовности.

Булетки мясные

800 г котлетного фарша, 1 ст. томатного соуса, 2 яйца.

В котлетный фарш добавить одно сырое яйцо и хорошо его перемешать. Затем разделать фарш на шарики, как для пинг-понга, смочить их яйцом, обвалять в муке и сварить в подсоленной воде.

Отваренные булетки разложить по тарелкам и залить горячим томатным соусом.

Поддельный заяц

800 г свинины, 2 яйца, 4 столовые ложки панировочных сухарей, 1 столовая ложка сметаны, 1 ст. молока, 50 г сливочного масла, 100 г шпика, соль, перец по вкусу, зелень петрушки, укропа, листья зеленого салата.

Мясо дважды прокрутить на мясорубке. 2 столовые ложки сухарей размочить в молоке, смешать с разболтанными до образования пены яйцами, поперчить, посолить и перемешать с мясным фаршем.

Раскатать фарш в виде батона, уложить его на смазанный маслом и обсыпанный сухарями лист, придать по возможности форму зайца, нашпиговать его кусочками сала, смазать сметаной, обсыпать сухарями. Добавить в сковороду немного воды и поставить в горячую духовку.

Когда мясо запечется, выложить его на продолговатое блюдо, уложенное листьями салата. Вокруг зайца положить зелень и овощной гарнир.

Блюда из домашней птицы и дичи

Гусь с яблоками

Средних размеров гусь, 1–1,5 кг мелких и 8 крупных яблок, 1 столовая ложка муки, 1 чайная ложка толченого тмина, соль, перец по вкусу, 8-10 маслин, пучок петрушки. Для соуса: 1 столовая ложка муки, 1/2 ст. мясного бульона.

Подготовленную тушку гуся вымыть и дать обсохнуть. Натереть снаружи и изнутри тмином и солью, нафаршировать мелкими яблоками с удаленными семенами, отверстие зашить нитками. Затем обмазать сметаной и уложить на смазанный маслом противень спинкой вниз. Поместить противень в сильно разогретую духовку и жарить гуся до тех пор, пока он слегка не зарумянится. Затем убавить огонь до минимального и жарить гуся до готовности, поливая соком, который вытекает на противень. Если сока мало, подлить в противень 3–5 ложек бульона.

Когда гусь изжарится почти до готовности, положить на противень крупные яблоки без семенняков (лучше для этой цели использовать антоновские яблоки) и запечь. Готового гуся вынуть из духовки, освободить от ниток и яблок, уложить на блюдо брюшком вниз и облить соусом. Вокруг уложить яблоки, которыми был нафарширован гусь, слегка примять их ложкой и на них красиво разложить запеченные яблоки. В вырезы крупных яблок вставить маслины и украсить зеленью.

Соус приготовить так: в мучную пассеровку влить сок, выделившийся из гуся, добавить 1/2 стакана бульона, довести до кипения и процедить.

Вместо яблок гуся (или утку) можно нафаршировать обжаренными дольками картофеля, гречневой кашей с грибами и луком.

Гусь под грибным соусом

1 гусь, 10–12 зерен душистого перца, 1 ст. сметаны, 300–400 г свежих белых грибов, 50 г сливочного масла, 1 корень петрушки, 1 морковь, 2 столовые ложки муки, соль по вкусу.

Подготовленного гуся разрубить на части, уложить в кастрюлю и залить кипятком, чтобы куски гуся были им только прикрыты. Добавить в кастрюлю изрубленные грибы, коренья, соль, перец и варить гуся на медленном огне до полной

готовности. Гуся вынуть из кастрюли, а из оставшихся в ней 3–4 стаканов бульона сварить соус, добавив сметану и обжаренную муку.

Перед подачей положить куски гуся в соус, довести соус до кипения.

Курица фаршированная

Средних размеров курица, соль, перец по вкусу, 1/2 ст. сметаны, 150 г сливочного масла, 5–6 картофелин. Для фарша: 350 г говядины, 2 моркови, 200 г маринованных грибов, 150 г панировочных сухарей, 1/2 ст. сливок, соль, молотый перец по вкусу.

Подготовленную курицу натереть солью и сметаной. Приготовить фарш: говядину пропустить через мясорубку, морковь натереть на мелкой терке, добавить сухари, сливки, соль, перец, мелко нарубленные грибы — все хорошо перемешать.

Нафаршировать курицу, зашить ее и положить на противень с растопленным маслом спинкой вниз. Чтобы курица не заваливалась, обложить ее разрезанными на половинки картофелинами. Жарить курицу в духовке обычным способом, поливая выделяющимся соком. Готовую курицу освободить от ниток и фарша, уложить на блюдо. Обложить ее допеченным картофелем и фаршем, полить соком, в котором она жарилась.

Тушеная курица с черносливом

1 большая курица, 100 г топленого масла, по 1 корню моркови, петрушки, сельдерея, 1 луковица, 1 столовая ложка муки, 1 1/2 ст. чернослива без косточек, уксус, лавровый лист, перец, соль по вкусу.

Подготовленную курицу разрезать на части и сложить в широкую кастрюлю с растопленным маслом. Добавить мелко изрубленные коренья, лук и тушить под крышкой до готовности, периодически переворачивая куски и подливая воду Примерно за 1/2 часа до окончания тушения влить в кастрюлю 3 стакана бульона (воды), проварить в нем курицу.

Приготовить соус: растопить на сковороде масло, обжарить на нем муку, развести бульоном, в котором варилась курица, добавить немного уксуса, сахар, довести смесь до кипения и снять с огня.

В кастрюлю с курицей положить предварительно разбухший чернослив и все залить соусом. Кастрюлю поместить на 15–20 мин. в разогретую духовку.

Утка, жаренная с репой

Утка средних размеров, 50 г сливочного масла, 8 корней репы, 1 ст. лука-саженца, сельдерей, специи, соль по вкусу.

Утку зажарить в духовке, как и гуся. Разрубить тушку на куски и уложить в горшочек (кастрюлю). Головки лука-саженца и нарезанную дольками репу обжарить на сливочном масле и положить в горшочек с уткой. Залить соком, полученным после жарки утки, добавить мелкорубленую зелень сельдерея, специи, закрыть горшочек крышкой и поставить в разогретую духовку. Тушить до готовности всех продуктов (20–25 мин.).

Подавать на стол в горшочке, удалив букет специй, либо на блюде, полив маслом.

Новомихайловские котлеты

2 курицы (лучше молодые), 200 г сливочного масла, 200 г сливок, 1/2 ст. молока, 2 яичных желтка для панировки, 2–3 сдобные булки, соль, перец по вкусу.

У кур срезать мякоть. Смочив разделочную доску и тяпку молоком, отбить мясо так, чтобы получилась измельченная котлетная масса. При этом периодически мясо необходимо смачивать сливками. Для придания котлетам большей нежности фарш лучше готовить только из филейных частей курицы. Остальную мякоть можно использовать для приготовления пожарских котлет.

Отбитое мясо соединить со сливочным маслом, солью и перцем. Если котлетная масса недостаточно нежна, добавить в нее сливок. Разделать массу на котлеты, смазать их яичными желтками и запанировать в мелко нарезанных сдобных булках. В сформованные котлеты (с широкого конца) вставить маленькие куриные косточки (лучше с оставшимися на них кусочками мяса).

Жарить новомихайловские котлеты необходимо не более 10 мин.

На гарнир можно подать картофельное пюре или припущенные в молоке овощи.

Новомихайловскими эти котлеты называются потому, что впервые они были приготовлены в Петербурге в клубе сельских хозяев, который размещался на Михайловской улице. От пожарских котлет их отличает более нежный вкус.

Утка с лапшой и грибами

Утка средних размеров, 200 г домашней лапши, 5–6 сушеных

грибов, 50 г сливочного масла, 2 яйца, 1 столовая ложка муки, 1 ст. сметаны, по 1 корню петрушки, моркови, соль, перец молотый по вкусу.

Сварить в соленой воде лапшу и откинуть ее на дуршлаг. Грибы залить водой (2 стакана) и отварить (отвар не выливать). Вареные грибы мелко нарубить, отложить для соуса 2 столовые ложки грибов, а остальные смешать с лапшой, яйцами, сливочным маслом, солью, перцем. Подготовленную утку нафаршировать лапшой с грибами и зашить. Уложить утку в кастрюлю, влить грибной отвар, добавить измельченные коренья петрушки и моркови и тушить до готовности утки.

Приготовить соус: в сковороду с мучной пассеровкой влить грибной отвар, оставшийся от тушения утки, размешать его, добавить 2–3 столовые ложки нашинкованных грибов, сметану, довести до кипения. Готовую утку освободить от ниток и фарша, уложить на блюдо, вокруг разместить фарш и все полить соусом.

Цыплята с цветной капустой

2 цыпленка, по 2 корня моркови и петрушки, 700–800 г цветной капусты, 2 луковицы, 1/2 ст. панировочных сухарей, 1 ст. сметаны, щепотка тертого мускатного ореха, соль, перец по вкусу, пучок укропа или петрушки

Подготовленных цыплят промыть, разрубить вдоль пополам, натереть солью и перцем, уложить в кастрюлю, добавить нарезанные коренья петрушки и моркови и целые луковицы; залить холодной водой так, чтобы вода наполовину покрыла цыплят, и варить до готовности, поливая цыплят бульоном и постоянно переворачивая.

Когда цыплята сварятся, добавить в бульон стакан сметаны, панировочные сухари, мускатный орех, довести все до кипения и снять с огня.

Отдельно в соленой воде отварить цветную капусту и разобрать ее на соцветия. Цыплят уложить на блюдо, вокруг разместить капусту, залить все соусом, украсить зеленью.

Цыплята фаршированные

2 цыпленка, 3 столовые ложки муки, 2 ст. панировочных сухарей, 4 яйца, 1/2 ст. молока, 100–150 г сливочного масла, 1 ст. мелкорубленой зелени петрушки, соль, перец по вкусу.

Подготовленных цыплят промыть, обсушить, натереть солью и мукой. Приготовить начинку: панировочные сухари (1 1/2 стакана), сваренные вкрутую, мелко нарубленные 2 яйца, 50–70 г

сливочного масла, молоко, петрушку (укроп), соль и перец хорошо перемешать в миске. Нафаршировать цыплят, отверстие зашить нитками. Смочить в яйце, а затем обвалять в сухарях.

Уложить цыплят на противень со сливочным маслом, добавить 2–3 ложки бульона и обжарить в хорошо прогретой духовке, периодически переворачивая и поливая образующимся соком.

Готовых цыплят вынуть из духовки, освободить от ниток, фарш выложить на блюдо, на него положить нарубленных цыплят и полить соком, в котором они жарились. В качестве гарнира можно подать разварной рис.

Индейка, фаршированная печенью

Средних размеров индейка, 400–500 г говяжьей печени, 5–6 кусков пшеничного хлеба, 1/2 ст. молока, 100 г сливочного масла, 5 яиц, соль, перец по вкусу.

Подготовленную индейку хорошо промыть, обсушить и натереть солью. Говяжью печень промыть, нарезать на куски и слегка обжарить на сливочном масле с солью, перцем и растертым лавровым листом. Обжаренную печень пропустить через мясорубку, смешать с размоченным в молоке хлебом и снова пропустить через мясорубку. В смесь добавить ложку растопленного сливочного масла, сырые яйца, соль по вкусу и все хорошо перемешать. Нафаршировать этой массой индейку, зашить ее, положить брюшком вниз на смазанный маслом противень, влить в него 2–3 столовые ложки воды или бульона и поместить в разогретую духовку. Когда индейка слегка зарумянится, убавить огонь и периодически поливать ее соком, который образуется в противне. Через 1,5–2 часа блюдо будет готово.

Жареную индейку выложить на блюдо, удалив из нее нитки, обложить ее фаршем, любым овощным гарниром и свежими овощами.

Котлеты пожарские

Средних размеров курица, 5–6 кусков пшеничного хлеба, 1/2 ст. молока, 3–4 яйца, 100 г сливочного масла, 1 ст. панировочных сухарей, соль, перец по вкусу.

Для соуса: 2–3 моркови, 1 репка, 1/2 ст. зеленого горошка, 1? ст. молока, 2 столовые ложки муки, 30 г сливочного масла.

Снять с курицы кожу и отделить мясо от костей. Куриную мякоть (без кожи) пропустить через мясорубку, добавить

размоченный в молоке и слегка отжатый хлеб, половину сливочного масла, посолить, поперчить, снова пропустить массу через мясорубку. Добавить оставшееся молоко и хорошо перемешать. Фарш должен получиться пышный, но такой, чтобы из него можно было сформовать котлеты.

Массу фарша разделить на куски по 100–120 г и сформовать из них овальные котлеты толщиной с палец. Обвалять каждую котлету в яйцах, затем в сухарях и поджарить на сковороде со сливочным маслом.

Котлеты лучше всего подать с овощами, приготовленными в молочном соусе. Для этого на сковороде растопить сливочное масло и обжарить на нем 2 столовые ложки муки. Развести эту муку 1/2 стакана молока. В сковороду положить мелко нарезанные овощи и добавить сливочное масло, стакан молока, посолить, припустить до готовности. Затем влить соус и довести до кипения.

Котлеты по 2 на порцию уложить на тарелку, залить овощами в молочном соусе, украсить зеленью.

Рассказывают, что однажды к князю Пожарскому заехал Великий князь Московский. Хозяин решил угостить его телячьими котлетами. Однако на кухне не оказалось телятины, а были только куры. Пожарский приказал повару приготовить котлеты из птицы… Блюдо очень понравилось гостю и с тех пор на Руси стали готовить котлеты из кур, рябчиков и другой птицы.

Такова одна из версий происхождения популярных в России пожарских котлет.

Кстати, многие так и считают, что это блюдо связано с именем известного русского полководца.

Однако как бы нам ни хотелось поверить в эту историю, она вряд ли соответствует истине. Дело в том, что котлеты из рубленного мяса стали готовить на Руси, начиная только с петровских времен, когда появились печи европейского образца с плитами. В русской же печи жарить котлеты из рубленого мяса довольно неудобно.

Более правдоподобной, на наш взгляд, является история, в которой изобретение этих котлет приписывают Дарье Евдокимовне Пожарской, жене хозяина известного в городе Торжке трактира. Кстати, ее портрет кисти художника Тимофея Вефора хранится в музее Торжка и по сей день.

Торжок расположен на пути из Петербурга в Москву и, по всей видимости, великий русский поэт Александр Сергеевич Пушкин, не раз путешествовавший по этому тракту, останавливался у Пожарского и, конечно же, пробовал знаменитые котлеты. Во всяком случае, он оставил о них память в

стихотворном письме-путеводителе к своему другу Сергею Александровичу Соболевскому:

На досуге отобедай
У Пожарского в Торжке,
Жареных котлет отведай
И отправься налегке

Но вернемся к истории. Как-то русский царь, скорее всего Александр I, остановился из-за поломки возка в маленьком городишке Осташкове, что расположен на озере Селигер. Наиболее приличным трактиром городка считалось заведение Пожарского. Здесь-то и заказан был завтрак для царя. Среди прочих блюд в меню были включены котлеты из телятины.

Хозяин был в отчаянии: достать телятины он не смог, а генерал-адъютант таких оправданий и слышать не хотел.

Тогда по совету мудрой жены трактирщик пошел на обман: сделал котлеты из куриного мяса, придав им схожесть с телячьими, изжарил и подал к царскому столу. Блюдо так понравилось царю, что он приказал наградить трактирщика.

Боясь разоблачения, хозяин сознался в обмане, сказав, что этому его научила жена. Но царь был так благодушен, что наградил и Дарью Евдокимовну, а котлеты велел включить в меню царской кухни.

Счастливый трактирщик так возгордился похвалой царя, что заказал для своего заведения новую вывеску с надписью: «Пожарский, поставщик двора его императорского Величества». С тех пор дела его пошли в гору, и вскоре он переехал в город Торжок, где на бойком месте открыл гостиницу и новый трактир.

Котлеты «Банкетные»

4 куриных филе, 120 г грецких орехов, 80 г сливочного масла, 1 яйцо, 40 г топленого масла, 1/2 ст. панировочных сухарей, чеснок, соль по вкусу, пучок петрушки.

У подготовленной тушки курицы отделить филейную часть, снять пленку, отбить до толщины 0,5 см, на середину уложить фарш, края соединить, придать филе форму котлеты. Затем запанировать котлеты в сухарях и обжарить с обеих сторон до образования поджаристой корочки. Обжаренные котлеты довести до готовности в духовке.

Для фарша: очищенные грецкие орехи пропустить через мясорубку, добавить толченые петрушку, чеснок и соль, ввести

сырое яйцо и все тщательно перемешать.

Фаршированное филе индейки

400 г индейки, 2 яблока, 100 г чернослива, 30 г сливочного масла, 1 чайная ложка сахара.

Для панировки: *3 столовые ложки пшеничной муки. Дляльезона: 2 яйца, 3 столовые ложки молока.*

Тонко отбить филе индейки, посыпать солью, на середину выложить фарш. Свернуть филе в виде конверта, запанировать в муке, смочить в льезоне и зажарить. Довести до готовности в духовке.

Для фарша: яблоки очистить от кожицы, сердцевины и семян и нашинковать соломкой. Чернослив отварить, освободить от косточек и измельчить. Соединить подготовленные яблоки с черносливом, добавить сахар и перемешать. Это блюдо подают со сложным гарниром из маринованных фруктов, оформляют зеленью.

Птица по-столичному

4 филе кур или цыплят, 2 ломтика белого хлеба, 2 яйца, 120 г сливочного масла. Для корзиночек (10 шт.): 1 ст. пшеничной муки, 40 г маргарина, 2 столовые ложки молока, 1 столовая ложка сметаны, 1 яйцо, сахар, соль по вкусу

Зачищенное филе птицы (без косточек) слегка отбить, смочить в льезоне, запанировать в белом хлебе, нарезанном соломкой, и жарить непосредственно перед подачей в течение 12–15 мин. При подаче на филе кладут сливочное масло. Для гарнира использовать картофель, жаренный во фритюре, зеленый консервированный горошек, консервированные фрукты.

Гарнир можно подать в корзиночках из теста. Для их приготовления в молоке растворить сахар, соль, добавить яйца, муку (половину нормы), размягченный маргарин и сметану. Все перемешать до образования однородной консистенции и постепенно добавить остальную муку. Готовое тесто раскатать в пласт толщиной 2–3 мм и вырезать кружочки по размеру формочки. Вырезанные кружочки вложить в формочки, прижать тесто к внутренней поверхности формочек, проколоть в нескольких местах вилкой, заполнить их горохом или крупой для сохранения формы и поставить в духовку для выпекания. Когда корзиночки подрумянятся, их нужно вынуть из формочек, освободить от гороха или крупы и охладить.

Гусиная печень в томатном соусе

350–400 г гусиной печени, 40–50 г сливочного масла, 1 1/2 ст. томатного соуса, 4 ст. рассыпчатой рисовой каши, 1/2 ст. тертого желтого сыра, соль, перец по вкусу, рубленая зелень петрушки.

Подготовленную печень домашней птицы ошпарить, посолить, поперчить и обжарить с маслом на сковороде. Влить томатный соус и прокипятить 1–2 мин. Рассыпчатую (горячую) рисовую кашу смешать с тертым сыром, выложить горкой на блюдо или тарелку, сделать в центре большую воронку и заполнить ее печенью с соусом. Сверху посыпать блюдо мелкорубленой зеленью. По ободу рисовой горки налить полоской томатный соус.

Рагу из потрохов

600 г потрохов, 50 г сливочного масла, 1 луковица, 2 моркови, 1 корень петрушки, 1 репа, 6–8 картофелин, 2 столовые ложки муки, 2 столовые ложки томата-пюре, соль, перец по вкусу, пучок зелени петрушки, 2 ст. куриного бульона.

Крупные потроха домашней птицы разрубить на части и обжарить вместе с мелкими на сливочном масле до образования румяной корочки. Обжаренные потроха положить в кастрюлю, залить бульоном (можно горячей водой), чтобы потроха ими были покрыты, добавить томат-пюре и тушить до готовности (35–40 мин). Морковь, петрушку, репу, картофель нарезать дольками или кубиками и вместе с шинкованным луком обжарить на сливочном масле. Тушеные потроха переложить из кастрюли в другую посуду. В бульон добавить мучную пассеровку, проварить несколько минут и процедить. В посуду с потрохами положить обжаренные овощи так, чтобы картофель был сверху, добавить пряности, залить бульоном. Накрыть посуду крышкой и поставить в разогретую духовку на 20–30 мин. Готовое рагу выложить на блюдо или в тарелки, посыпать зеленью петрушки.

Белая куропатка, тушенная в сметане

2 средних размеров куропатки, 100 г сливочного масла, 2–4 луковицы, 4 моркови, 2 ст. сметаны, 1 столовая ложка муки, соль, перец по вкусу.

Подготовленных куропаток хорошо обмыть, общипать, натереть солью и разрезать на половинки вдоль позвоночника. В сковороде распустить сливочное масло и слегка обжарить мясо

куропаток. Мясо сложить в миску, а на этом же масле обжарить мелко нарезанные лук и морковь до их размягчения.

На овощи уложить куски куропатки и залить их сметаной, посолить, поперчить (для вязкости в сметану можно добавить 1 столовую ложку прогретой муки) и тушить под крышкой на слабом огне до готовности мяса примерно 1 час. Готовое мясо выложить на блюдо, облить сметанным соусом с овощами.

Рябчик в сметане

2 рябчика, 50–70 г свежего свиного сала, 20 г свиного топленого сала, 1 1/2 ст. сметаны, 8 картофелин, соль, перец по вкусу, зелень укропа, 2 ст. мясного бульона.

Для сочности дичь нашпиговать свежим свиным салом, нарезанным брусочками. С этой целью сначала ошпарить дичь в кипятке, ножом сделать в тушке проколы и вставить в них брусочки свиного сала. Тушки разрубить вдоль пополам.

Подготовленную таким образом дичь посолить, поперчить и обжарить на свином топленом сале в кастрюле до образования корочки, затем добавить 2 стакана бульона, накрыть крышкой и тушить дичь на слабом огне до полной ее готовности. На бульоне, в котором тушилась дичь, приготовить сметанный соус, залить им рябчиков и прокипятить 1–2 мин.

Поджарить картофель, нарезанный ломтиками. Дичь уложить на блюдо, вокруг разместить картофель, полить сметанным соусом, посыпать зеленью.

Куропатка с апельсинами

2 куропатки, 20 г сливочного масла, 2 апельсина, гроздь винограда, соль по вкусу.

Куропатку разрубить вдоль пополам и поджарить на сливочном масле. Куски уложить в глубокую огнеупорную посуду. С апельсина срезать цедру, нарезать ее соломкой и ошпарить. Апельсин нарезать дольками, удалить семена. Вокруг дичи уложить апельсин и виноград, залить соком, оставшимся от жарки, обсыпать цедрой апельсина, закрыть крышкой и поставить посуду в разогретую духовку на 5–7 мин.

Подавать дичь можно в этой же посуде, либо переложить ее на разогретое блюдо.

Фазан, жаренный с грибами и луком

Крупный фазан, 100 г сливочного масла, 6–7 шампиньонов, 2

луковицы, 1 рюмка мадеры, 8-10 картофелин, соль по вкусу, зелень петрушки.

Фазана зажарить обычным способом, как и курицу. После того, как фазан зарумянится, добавить еще масла, нарезанные шампиньоны, предварительно слегка обжаренные с луком, накрыть посуду крышкой и довести до готовности на слабом огне. В конце добавить вино.

Поджарить картофель. Дичь уложить на блюдо, вокруг разместить шампиньоны, лук, жареный картофель, полить соком и посыпать зеленью.

Филе фазана с вареньем

300–400 г филе фазана, 3 яйца, 60 г сливочного масла, 5–6 ломтиков пшеничного хлеба, 7–8 картофелин, 1 ст. фруктового (брусничного, клюквенного) варенья, соль, перец по вкусу, зелень петрушки.

Филе фазана зачистить от сухожилий. Нарезать небольшими кусками. Куски слегка отбить тяпкой, посолить, поперчить, обвалять в яйцах и запанировать в мякише пшеничного хлеба, нарезанном мелкими кубиками. Ломтики запанированной дичи обжарить на сливочном масле до готовности. Поджарить картофель, нарезанный соломкой. На блюдо уложить ломтики дичи, обсыпать их жареным картофелем, украсить зеленью. Варенье подать в отдельной посуде.

Тетерев, жаренный с орехами

Тетерев средних размеров, 2–3 ст. лесных орехов, 100 г сливочного масла (или свиного сала), 150 г шпика, 1 столовая ложка сахара, соль по вкусу, 1 ст. моченой брусники.

Обработанную тушку тетерева натереть солью, начинить лесными орехами, смешанными с мелкими кусочками сливочного масла (или сала), сахаром. Тушку обложить тонкими ломтиками шпика, а чтобы они не отваливались, обмотать нитками. Подготовленную дичь уложить на противень спинкой вниз и поставить в разогретую духовку. Жарить до готовности от 45 мин до 1,5 час.

Жареную дичь освободить от ниток, уложить на блюдо, полить соком. Вокруг разместить моченую бруснику или клюкву.

Для начинки вместо орехов можно использовать моченую бруснику или клюкву.

Перепела, запеченные в тыкве

1 тыква (2–3 кг), 4 перепела, 1 ст. сваренного рассыпчатого риса, 1 ст. нарезанных фруктов, 2–3 луковицы, 100 г сливочного масла, оливки, зелень петрушки, соль по вкусу.

Спелую тыкву обмыть и срезать с нее верхушку. Срезанную часть не выбрасывать. Ложкой удалить из тыквы семена и часть мякоти в расчете, чтобы поместилась начинка. Подготовленных перепелов разрезать на половинки, посолить и обжарить в разогретом сливочном масле до образования корочки (2–3 мин). Поджарить на сливочном масле шинкованный лук до золотистой окраски.

Фрукты для этого блюда могут быть самые разные, свежие и сушеные. Свежие фрукты нарезать дольками, сушеные, хорошо промыв, размочить в воде до набухания.

В подготовленную тыкву сначала уложить вареный рис, перемешанный с поджаренным луком, затем обжаренные куски мяса, сверху уложить фрукты, добавить кусочек сливочного масла. Закрыть тыкву срезанной верхушкой, укрепить ее тонкими клинообразными лучинками. Смазать тыкву маслом и запечь в хорошо разогретой духовке. Время запекания — 2–3 час. Готовую тыкву выложить на блюдо, украсить зеленью, оливками.

Разрезать тыкву лучше прямо на обеденном столе ломтями сверху вниз. На каждую порцию положить ломоть тыквы, половину перепела, рис с фруктами.

Заяц, тушенный в сметане

1 заяц, 100 г шпика, 2 ст. бульона, 1 ст. сметаны, 2 столовые ложки муки, 50 г сливочного масла, 3 ст. тушеной свеклы, соль, перец по вкусу Для маринада: 1 л воды, 1 ст. 6 %-ного уксуса, лавровый лист, перец, соль, по 2 измельченных корня моркови, петрушки.

Подготовленную тушку зайца зачистить от пленок и сухожилий, хорошо промыть. Отделить задние ножки и спинку, сложить их в кастрюлю, залить холодной водой и поставить в холодильник на 3–5 час. Вымоченное мясо вынуть из холодильника, воду слить и залить маринад. Снова поставить в холодильник на сутки. Если заяц очень молодой, его можно не мариновать.

Куски зайца вынуть из маринада, обсушить и нашпиговать шпиком. Посыпать солью, перцем, обмазать сметаной и обжарить в духовке обычным способом до полуготовности. Разрубить зайца на куски, сложить их в глубокую сковороду или кастрюлю, залить бульоном, добавить сметану, сок, оставшийся от жарки, накрыть крышкой и тушить при слабом кипении до готовности.

На сковороде приготовить мучную пассеровку, залить ее бульоном, в котором тушился заяц, и прокипятить 1–2 мин. Вылить соус в сковороду или кастрюлю с кусками зайчатины и довести до кипения. Выложить куски зайца на блюдо, обложить тушеной свеклой (отварной фасолью), залить соусом.

Зайца можно тушить и с яблоками. Для этого в кастрюлю кладут сначала нарезанные яблоки, на них куски жареной зайчатины, сверху снова яблоки, далее, как описано выше.

Мясо лося, тушенное с курагой

1 кг мяса лося, 1 ст. бульона, 1/2 ст. растительного масла, 2–3 луковицы, 3–4 морковки, 1/2 ст. кураги, 1 столовая ложка томата-пюре (или 3–4 свежих помидора), 1 столовая ложка муки, соль, перец по вкусу, зелень петрушки.

Мякоть лосятины нарезать на плоские куски массой 100–150 г толщиной с палец. Отбить каждый кусок деревянным молотком, посолить, поперчить. В кастрюле с толстым дном разогреть растительное масло (лучше оливковое) и обжарить в нем куски мяса до образования корочки (2–3 мин). Обжаренные куски сложить в миску.

На этом же масле обжарить нашинкованный репчатый лук. Вынуть лук из кастрюли, сложить в нее натертую на крупной терке морковь, на морковь выложить мясо, лук, залить стаканом бульона и тушить под крышкой 1,5–2 час. За 15–20 мин до готовности мяса положить в кастрюлю промытую курагу, томат-пасту, специи, спассерованную на жире муку, разведенную бульоном. Готовое мясо выложить на блюдо и залить соусом с овощами и курагой, посыпать зеленью.

Курагу можно заменить антоновскими яблоками, вместо лосятины использовать мясо других диких копытных животных.

Печень по-охотничьи

1 кг печени диких животных, соль по вкусу

Большие куски печени по 200–250 г насадить на ошкуренные и заостренные палки-вертела длиной около 1 м. Палки воткнуть с подветренной стороны под наклоном на расстоянии 20–30 см от пламени. В процессе жарки палки периодически поворачивать, чтобы жаркое не подгорело.

Этим способом охотники жарят печень сразу же после удачной охоты.

Мясо, запеченное в глине

1 кг мяса, 150–200 г шпика, 3–4 дольки чеснока, соль, перец по вкусу.

Кусок мяса, желательно с костью из лопаточной части, должен быть толщиной не более 8-10 см. Мясо тщательно промыть, срезать жилки и пленки, нашпиговать салом и чесноком, посолить, поперчить. Обернуть несколькими слоями марли и обмазать глиной слоем 1–2 см. Предварительно нужно проверить стойкость глины к огню. Для этого из глины скатать несколько шариков и бросить их в золу костра. Если после обжига глина не рассыплется, она пригодна для наших целей.

В горячей золе под костром сделать ямку по размеру куска, положить туда глиняную заготовку, присыпать золой и запекать 2–2,5 час под небольшим костром.

Соусы к мясным блюдам

Соус белый

4 ст. бульона, 2 столовые ложки муки, 50 г сливочного масла, 1 луковица, 1 корень петрушки, соль по вкусу, 1 рюмка сухого вина.

Приготовить основу для соуса: муку прогреть, помешивая, со сливочным маслом так, чтобы ее цвет не изменился, добавить бульон и кипятить 40–50 мин. Петрушку и лук мелко нарезать, обжарить на сливочном масле, посолить. За 20 мин до окончания варки соуса добавить в кипящий бульон с мукой. Перед окончанием варки влить рюмку белого сухого вина.

Соус сметанный с хреном

1/2 л основы для соуса, 2 ст. сметаны, 50 г сливочного масла, 200 г хрена, 1 рюмка сухого белого вина (9 %-ный уксус).

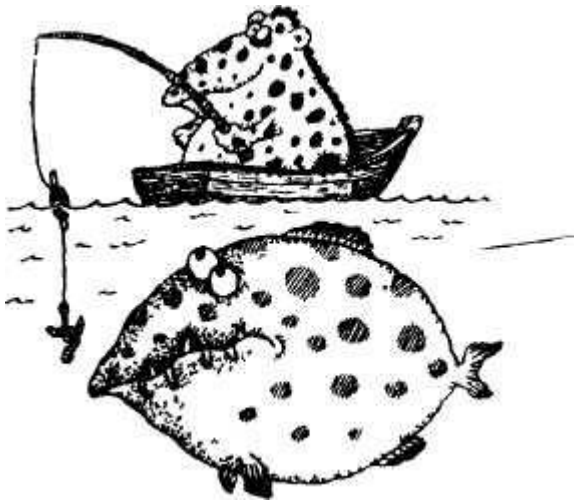
Основу для соуса соединить со сметаной, прокипятить, посолить. Хрен мелко натереть на терке, обжарить на масле, добавить вино, а затем ввести сметанный соус и довести до кипения.

Соус томатный

1/2 л основы для соуса, 1 морковка, 1 луковица, 1 корень петрушки, 350 г томата-пюре, 1 чайная ложка сахара, 1 рюмка сухого белого вина (9 %-ного уксуса), 50 г сливочного масла.

В горячую основу соуса положить слегка поджаренные на масле измельченные коренья, лук, томат-пюре, тушить 25–30 мин. Томат-пюре предварительно протомить в отдельной посуде в духовке до тех пор, пока он не получит коричневую окраску. Вместо томата-пюре можно использовать свежие помидоры. Затем добавить соль, сахар, перец и прокипятить. Готовый соус процедить, а овощи протереть. Соединить соус с овощами, добавить вино, сливочное масло и довести до кипения.

ПРЕДЛАГАЕТ НЕПТУН



Восточная мудрость гласит: «Если человеку подарить рыбу, он будет сыт один день; если подарить две рыбы, он будет сыт два дня; но если человека научить ловить рыбу, он будет сыт всю жизнь». Не случайно рыболовство является одним из древнейших промыслов, которые освоил человек. В реке, озере, море видели люди неиссякаемый и надежный источник пополнения своих продовольственных запасов. Поэтому и селились они, как правило, у водоемов.

Наиболее крупные поселения русичей в древности были на Оке, Волге, Днепре, Волхове, Двине и других реках. На недостаток рыбы в этих водоемах наши предки вряд ли жаловались. Согласно многим древним источникам, уже в XII веке своими рыбными богатствами славились многие поселения в верховьях Волги. Рыбой же платили феодальные повинности. Так, по уставной грамоте 1150 года Торопец должен был поставлять в смоленскую епископию «три сани рыбы».

О реках и озерах России Адам Олеарий в XVII веке писал, что они «изобилуют до чрезвычайности всякого рода рыбою».

Ну, а какие же виды рыбы особенно ценились в те давние времена? Ответ на этот вопрос можно найти в шутливой «Повести о Ерше Ершовиче», относящейся ко второй половине XVI века. Помните сцену суда над Ершом Ершовичем: «Лета 7105 (1596) декабря в день было в большом озере Ростовском съезжалися судьи всех городов, имена судьям: Белуга Ярославская, Семга Переяславская, боярин и воевода Осетр Хвалинского моря (древнерусское название Каспийского моря — авт.), окольничий был Сом, больших Волжских предел (краев — авт.), судные

мужики Судак да Щука-трепетуха!» Вся эта судейская братия не что иное, как наиболее ценные в Древней Руси промысловые рыбы. Упомянуты в «Повести» также лодуга, сиг, сельдь, язь, нельма, сазан, лещ, голавль и прочие виды рыб. Самую же нижнюю ступеньку этой иерархической лестницы рыбных сословий занимает ерш. По словам автора, его купят разве что последние бражники, да и те не столько съедят, сколько расплюют, а остатки выкинут собакам.

Зато осетр величается не иначе, как боярин и воевода. И дело не только в тех довольно больших размерах, которых достигает эта рыба. Скорее ее ценили за прекрасные вкусовые качества и икру.

Как видим, среди промысловых рыб того времени автор не упоминает морскую рыбу. И это не случайно. Ведь большая часть населения России познакомилась с морской рыбой лишь в эпоху Петра I. Вот что об этом написано в «Истории краткой российской торговли», изданной в Москве в 1788 году: «Для желаемой пользы и умножения торговли у города Архангельского и в Кольском порте от рыбных промыслов сала китового, моржового, трески рыбы и иных морских зверей, содержимых князем Меньшиковым с компанию, до сего времени еще не происходило, государь Петр Великий повелел оные промыслы отдавать купечеству в вольное производство». Было это в 1721 году. И потянулись в Москву и другие города России обозы с морской рыбой. Правда, поморы занимались морским промыслом задолго до царского указа. Морская рыба была основным продуктом питания и многих других жителей северных районов России.

Основное же население страны до конца XVIII века имело довольно смутное представление о морской рыбе. Россиян смущали такие незнакомые названия, как треска, морлан, навага, мойва. Весьма серьезно заботились в те давние времена о качестве морской рыбы. Вот, например, какие рекомендации дает «Словарь коммерческий, содержащий познания о товарах всех стран и названий вещей главных и новейших, относящихся до коммерции, также до домостроительства», увидевший свет в Москве в 1790 году: «Между морских рыб здоровее обитающие и питающиеся около каменных скал. Уважают также обитающих на дне моря, но рыб, держащихся около берегов, не без причин поставляют в последнюю статью по причине той, что живут они в воде не столько чистой». Не беремся судить о справедливости этого замечания по отношению к тем далеким временам, возможно авторы здесь несколько перестраховались. Однако сегодня, безусловно, такой подход к качеству промысловых рыб не лишен смысла, ведь прибрежные воды морей и океанов

напоминают ныне сточные ямы. И уж конечно здоровой рыбы там не поймаешь. В менее серьезных изданиях того времени морская рыба уважением не пользовалась. Однако уже в 1808 году в книге «Источник здоровья, или Словарь употребительных снедей» можно прочитать однозначное утверждение, что «для употребления в пищу морская рыба почитается питательнейшею и здоровеишею». Об отличных вкусовых качествах морской рыбы писал В.А… Левшин и даже предложил один из рецептов приготовления трески в своем «Словаре поваренном…»

Но, несмотря на все усилия, морская рыба довольно трудно пробивала себе дорогу на наш стол. Даже спустя сто лет после того, как была издана книга В.А. Левшина в 1895 году, Д.В. Каншин сетовал на своих соотечественников, доказывая им, что «свежая треска не заслуживает быть в таком пренебрежении, в каком ее держит предрассудок…»

Пожалуй, наиболее популярной среди прочих морских рыб в XIX веке считалась навага. Ее развозили в замороженном виде по всей России. Интересно, что доставлялась она даже в такой рыбный город, как Астрахань.

В зимнее время в России торговали в основном мороженой рыбой. На рынке она стоила дороже соленой. Поэтому пойманную осенью рыбу часто старались сохранить живой до зимней торговли. Для этого ее помещали в небольшие озерца, садки из прутьев. Лишь только вода покрывалась льдом, рыбу вылавливали и морозили на льду. Такую живьем замороженную рыбу называли «пылким товаром». Предназначенную для перевозки на дальние расстояния рыбу, например, из Архангельска в Москву морозили особым способом. Живую рыбу закалывали, обмакивали в ледяную воду и обваливали в снегу до тех пор, пока не обледенеет полностью. Как утверждают современники, вкус этой рыбы был столь же хорош, что и у только что выловленной.

Летом рыбу транспортировали преимущественно по рекам. При этом шла она своим ходом в специальных лодках, называвшихся «прорезями». Средняя часть лодки, отделенная от кормы и носа непроницаемыми перегородками, называлась ларем (закоморником, гуслями) и выполняла роль садка для рыбы. В садке были специальные прорези, через которые циркулировала вода. В «прорезях» рыба буксировалась на самые разные расстояния. Так, довольно значительное количество живой стерляди доставлялось по Волге из Астрахани и Царицына в Нижний Новгород и даже в Петербург по Мариинской водной системе.

Там, где не было водных путей, ценную рыбу, осетров и

стерлядь, перевозили в больших ваннах с водой, а также в специальных вагонах.

Кроме того, народ изобрел и много других способов перевозки живой рыбы. Взять хотя бы уникальный способ, которым пользовались сибирские мужики в романе В. Шишкова «Угрюм-река». Огромного осетра они везли на возу под постоянным «хмельком».

И все же основная масса рыбы, которой торговали в России, была соленой, вяленой и сушеной. Сушеная и вяленая рыба производилась в южных районах (в бассейнах Черного, Азовского и Каспийского морей). В больших количествах вяленая рыба поставлялась на ярмарки в Нижний Новгород и Царицын. Сушеная рыба (вобла, судак) шла главным образом в промышленные районы России (Ярославль, Владимир, Москву и др.).

Коренным рыбным товаром называли в прошлом веке рыбу крепкого засола. Она была настолько солона, что могла довольно долго храниться и без рассола. Обычно в таком виде доставлялась на рынки Центральной России красная рыба весеннего улова с Каспия.

Астраханских сельдей продавали в бочках по 270–300 рыб в каждой. Главный рынок по торговле сельдью был в Царицыне. Со всех концов России сюда съезжались оптовые покупатели и продавцы рыбы.

Такое обилие рыбы позволяло удовлетворять не только внутренние потребности, но и поставлять рыбу на экспорт. В 1896 году Россия вывозила 156 тыс. пудов красной и 23 тыс. пудов черной икры. Главными импортерами икры были Румыния, Турция, Греция, Германия, Австрия, Англия, Франция. Русская икра ценилась за границей очень высоко.

Однако все это в прошлом.

И все же, надеясь на лучшие времена, хотя бы вкратце расскажем о важнейших видах промысловых рыб, а их довольно много.

Как утверждают справочники, всего в водных бассейнах обитает примерно 20 000 видов рыб, из которых около 3000 являются промысловыми.

Мясо рыбы — очень ценный продукт питания. В нем содержатся белки, жиры, углеводы, витамины, ферменты, минеральные вещества. Большинство белков рыбы — полноценные и хорошо усваиваются организмом, а их содержание колеблется от 13 до 22 %. Так же легко усваиваются и жиры рыбы, которые составляют от 0,4 до 33 % массы тушки. Из минеральных веществ рыба наиболее богата железом, фосфором,

калием, кальцием, натрием, медью, йодом и др.

В мясе рыбы присутствуют витамины А, Д, Е, К, B_1, B_2, B_{12}, С, никотиновая кислота. Примерно 50–80 % массы рыбы приходится на воду.

Конечно же, содержание этих полезных веществ зависит от вида рыбы. Как уже говорилось ранее, издавна наиболее ценными считаются у нас рыбы семейств осетровых и лососевых — осетр, белуга, севрюга, калуга, стерлядь, семга, кета, горбуша, чавыча, кижуч и др. Мясо у них жирное и очень вкусное, недаром в народе их называют «красной рыбой».

Большую группу промысловых рыб составляет семейство карповых — карп, лещ, сазан, толстолобик, вобла, тарань, рыбец, усач, линь, язь, карась, чехонь, красноперка, плотва и др. Мясо у них нежное и слега сладковатое. Рыба эта в кулинарии имеет самое широкое применение, ее варят, тушат, однако чаще всего хозяйки ее жарят.

Из окуневых рыб более других ценятся судак и окунь обыкновенный. Это довольно известные рыбы.

Еще совсем недавно наиболее часто на прилавках магазинов встречались рыбы семейства тресковых — треска, пикша, сайда, навага, минтай, серебристый хек. Сейчас и эта рыба довольно редкий гость на нашем столе. И уж совсем экзотичными ныне считаются щука, сом, угорь, палтус. А ведь именно эти виды рыб традиционно занимали важное место в русской кулинарии.

В еде многие люди довольно консервативны и неохотно привыкают к новым видам продуктов. Но, пожалуй, труднее других пробивают себе дорогу на наш стол новые виды рыб. Так, не всякая хозяйка наверняка ответит, что из себя представляют, например, луфарь, сериола, мероу или баттер-фиш. С недоверием многие вглядываются в какую-нибудь пристипому или пагрус. А ведь все эти рыбы не новички на прилавках рыбных магазинов. Добрых три десятка лет их названия мы слышим от продавцов, но никак не запомним.

Однако привыкать к новым видам рыбы придется обязательно, океан, с его животным и растительным миром — это та продовольственная кладовая, которую человечеству еще предстоит открыть.

Готовить рыбу и просто и сложно. Просто, потому что она легко поддается любому виду кулинарной обработки. Ее можно варить, жарить, запекать и т. д. При этом нежное мясо рыбы значительно быстрее доходит до кулинарной готовности, чем многие другие продукты.

Сложность же заключается в том, что без определенных навыков и знания особенностей обработки того или иного вида

рыбы трудно приготовить что-либо путное. Даже чистить рыбу нужно умеючи. Именно поэтому некоторые хозяйки не особо балуют себя и близких кушаньями из рыбы, мол, с ней возни много. И поступают так совершенно напрасно, ведь по вкусовым и пищевым качествам рыба — ценнейший продукт питания.

Прежде чем перейти к рецептам блюд из рыбы, хотя бы кратко остановимся на особенностях ее приготовления.

Итак, какую рыбу продают в магазине? Опуская все критические и иронические реплики, которые может вызвать этот вопрос у наших хозяек, заметим, что в продажу поступает живая, охлажденная, мороженая, копченая, вяленая, соленая и сушеная рыба.

Наиболее привычна для нас мороженая рыба. Замораживают ее, как правило, сразу после вылова на судах в специальных морозильных аппаратах. Многие виды замороженной рыбы являются полуфабрикатом — потрошеные, без голов, чешуи и плавников, либо филе, т. е. без костей. Из филе (трески, морского окуня) можно быстро, без особых хлопот приготовить любое кушанье.

Хорошо промороженная рыба тверда, без повреждений и пятен. Мясо ее после размораживания не должно иметь посторонних запахов и не отстает от костей.

Если замороженная рыба не идет сразу на готовку, ее следует положить на хранение в морозильное отделение холодильника. Нельзя допускать многократного оттаивания и замораживания рыбы — это значительно ухудшает ее вкусовые качества и снижает пищевую ценность.

Оттаивают замороженную рыбу в воде или на воздухе. На 1 кг рыбы берут примерно 2 л холодной воды. Время оттаивания зависит от размеров рыбы и качества воды. Обычно на это уходит 2–3 час. Чтобы в рыбе максимально сохранить минеральные вещества, в воду добавляют немного соли (1 чайная ложка на 1 л воды для речной и 2 чайные ложки для морской рыбы).

При покупке живой и охлажденной рыбы нужно особое внимание обратить на ее доброкачественность.

Тело ее должно быть плотным, слизь прозрачна, жабры красные, а глаза выпуклые. Спинка хорошей живой рыбы мясистая, обязательно округлая.

Явно испорченная рыба имеет неприятный, отталкивающий запах.

Охлажденная рыба, если она не испорчена, тонет в воде и при надавливании пальцем на ее теле либо вовсе не образуется ямка, либо она быстро исчезает.

Соленая рыба (сельдь, скумбрия, лососевые) в кулинарии

используется обычно без дополнительной тепловой обработки. Она практически уже готова к употреблению в пищу. Однако, особенно крепко соленую рыбу, предварительно вымачивают в воде или молоке. Делать это лучше с перерывами на 2–4 час, чтобы соль вновь успела перераспределиться в тканях рыбы, не нарушилась их структура.

Вымачивают рыбу, в зависимости от крепости посола, в течение 4–6 час, меняя воду через 1,5–2 час. Для вымачивания сельди достаточно 3–4 час.

При правильном вымачивании той же сельди она не будет дряблой.

Наиболее ответственным и трудоемким процессом обработки рыбы является ее разделка.

Чешуйчатую рыбу чистят в направлении от хвоста к голове. Если чешуя отделяется плохо, рыбу нужно подержать в кипятке с минуту, затем вынуть и обдать холодной водой из-под крана. Это облегчит отставание чешуи.

Обычно во время чистки рыбы ножом чешуя летит в разные стороны. Чтобы этого избежать, чистить следует в глубоком тазу с водой.

Не следует во время разделки рыбы сильно изгибать и сдавливать ее тушку, так как это ухудшает качество готового кушанья из нее. Плавники у рыбы удобнее срезать ножницами.

Очищенную рыбу перед потрошением моют в холодной воде. При потрошении брюшко рыбы разрезают от головы до анального отверстия. Вначале вынимают печень с желчным пузырем. Здесь важно не повредить желчный пузырь, иначе из него вытечет желчь, которая сделает рыбу горькой. Если же желчь все-таки залила рыбу, то залитое место необходимо срезать, присыпать солью и промыть.

Затем удаляют остальные внутренности, жабры и пленку, покрывающую позвоночную кость, а у некоторых рыб и черную пленку. После этого рыбу тщательно промывают в холодной воде.

Если рыба мелкая, то на этом ее разделка заканчивается. В таком виде она пригодна для жарки, варки, запекания. Более крупную рыбу с костистым скелетом (практически все виды рыбы, кроме осетровых, имеют хрящевой скелет) от 200 г до 1,5 кг разделывают особым способом. Здесь все зависит от того, какой полуфабрикат вы собираетесь получить.

Допустим, необходимо нарезать рыбу кругляшами с кожей и костью. Это наиболее часто применяемый способ разделки. У подготовленной тушки рыбы ножом надрезают мякоть по краям жаберных крышек с обеих сторон, перерубают позвоночную кость и отделяют голову. И через образовавшееся отверстие потрошат

рыбу. Обрубив хвост и плавники, рыбу промывают и нарезают поперек на куски-кругляши. Используют кругляши для варки, жарки, фарширования.

При разделке частиковых пород рыб часто используют такой способ, как пластование. В этом случае получают филе с кожей и костями, либо без них. Для пластования потрошеную рыбу с разрезанным брюшком кладут на стол и ножом от хвоста или головы прорезают мякоть до позвоночной кости. Затем, направляя нож вдоль этой кости, срезают мякоть вместе с реберными костями. Таким образом, получают два филе: одно с кожей и реберными костями, а другое с позвоночной костью, головой и хвостом. Голову и хвост обрубают, а филе нарезают кусками. Если вы готовите жареную рыбу, то куски лучше нарезать под небольшим углом.

Иногда необходимо получить куски без кожи и костей, т. е. филе из одной мякоти. В этом случае чешую лучше у рыбы не очищать, иначе при отделении мякоти может порваться кожа, что затруднит разделку рыбы. Филе с головой, позвоночником и реберными костями кладут на стол кожей вверх. Потом, как описано выше, срезают мякоть. Полученное филе кладут на стол кожей вниз и, начиная со стороны спинки, ножом срезают реберные кости, удаляют плавники. Затем, немного отступив от края филе, придерживая кожу, срезают филе.

А теперь, буквально, несколько слов об особенностях разделки некоторых видов рыб.

У камбалы обязательно нужно срезать темную кожу, иначе при тепловой обработке она будет дурно пахнуть.

Лучше удалить кожу и у наваги, так как она неприятна и на вкус, и на вид. Отрезают нижнюю челюсть рыбы, кожу надрезают вдоль спины и снимают «чулком» от головы к хвосту. При этом лучше разделывать рыбу в мороженом виде.

Не полностью при разделке следует оттаивать также треску и пикшу.

Чешую и слизь у линя снять гораздо легче, если на мгновение опустить рыбу в кипяток, а потом в холодную воду. Чистить эту рыбу лучше тупой стороной лезвия ножа.

И еще несколько советов. Чтобы рыба была более вкусная, ее подкисляют перед тепловой обработкой уксусом, лимонным соком или сухим вином. После этого рыбу необходимо положить в закрытую посуду и некоторое время выдержать в холодильнике. Мясо рыбы станет сочным, запах приятным.

Отваривают рыбу в небольшом количестве воды, используя прежде всего ее собственный сок. При этом нельзя допускать сильного кипения воды.

Более вкусной получается рыба, отваренная целиком, либо крупными кусками. Целыми тушками варят судака, лосося, форель, кефаль, нельму, стерлядь, пристипому, мелкого морского окуня, карасей.

Осетра, севрюгу, белугу разделывают на звенья. Однако здесь необходимо следить, чтобы на них не оставалось кровоподтеков. Звенья ошпаривают, после чего удаляют костные пластинки, так называемые жучки. Подготовленные тушки рыбы перед варкой лучше перевязать шпагатом, иначе они потеряют форму. Конечно же, лучше варить рыбу в специальном рыбном котле. На его решетку рыбу укладывают брюшком вниз, а звенья осетровых — кожей вниз. Если рыбного котла нет, то рыбу варят крупными кусками. Их укладывают в посуду в один ряд кожей вверх. Чтобы в процессе варки куски не деформировались, в двух-трех местах на них делают небольшие надрезы.

Следующий способ тепловой обработки рыбы — припускание. По существу это разновидность варки, только воды в этом случае берут намного меньше. Перед припусканием рыбу ошпаривают кипятком, белки при этом сворачиваются и все питательные вещества рыбы лучше сохраняются. В посуду, где припускают рыбу, обычно добавляют ароматные коренья, специи, лук. Иногда для улучшения вкуса в бульон доливают немного сухого белого вина или отвар из свежих грибов.

Мелкую костистую и соленую рыбу лучше тушить. Соленую рыбу предварительно вымачивают в холодной воде. Следует запомнить, что ни один способ так не улучшает вкуса соленой рыбы, как тушение с овощами. Она становится очень сочной, мягкой и ароматной.

Современные хозяйки, пожалуй, чаще всего рыбу жарят. Для жарки можно использовать практически любую рыбу. Ее солят, перчат и панируют. Вкус рыбы значительно улучшается, если перед панировкой ее выдержать в холодном молоке или смазать сметаной. Иногда делают и так: выдержанные в молоке куски рыбы последовательно обваливают в муке, во взбитых яйцах, в панировочных сухарях. При такой панировке рыба получается сочной и ароматной. Чтобы во время жарки рыбы масло не разбрызгивалось, сковороду нужно накрыть дуршлагом. Кстати о масле. Как правило, в домашней практике чаще всего используют растительное масло.

Для жарки во фритюре лучше использовать более стойкие жиры: кулинарный, жировые смеси из растительного масла и животного жира.

Очень вкусной получается рыба, жаренная в кляре. Для приготовления кляра просеянную муку разводят теплым (30–

40 °С) молоком, тщательно размешивают, добавляют растительное масло, соль и оставляют на 15–20 мин для набухания клейковины. Перед жаркой в тесто вводят взбитые белки и массу осторожно перемешивают. Можно приготовить кляр и другим способом: взять 1 банку майонеза, добавить 2 взбитых яйца, соль, перец. Затем смесь размешать с мукой до густоты сметаны. Перед тем как окунуть кусочек рыбы в тесто, его следует обвалять в муке. Эта нехитрая операция способствует более плотному приставанию теста к рыбе.

Рыбные блюда готовят и подают с разными соусами. Как их приготовить, читайте в конце этой главы.

Секреты рыбной кухни

Вареные окуни

500–600 г речного окуня, 1 морковка, 1 луковица, 1/3 ст. 3 %-ного уксуса, 1–2 корня петрушки, лавровый лист, соль, перец горошком по вкусу, 1 лимон, 1/3 ст. сливочного масла, несколько картофелин, 2 пучка петрушки.

Вскипятить воду вместе с нарезанными морковью, луком, петрушкой, перцем и лавровым листом. Окуней очистить, выпотрошить, вымыть, положить в подготовленный бульон, добавить уксус, соль и варить 10–15 мин до готовности. Осторожно вынуть рыбу из бульона, очистить от кожи и уложить в заранее нагретое блюдо, обрызгать соком лимона. Обложить окуней зеленью петрушки и дольками лимона. В соуснике подать растопленное сливочное масло, на отдельной тарелке — отварной горячий картофель, обсыпанный мелкорубленой зеленью петрушки.

Отварная ставрида

800 г ставриды (скумбрии), 1/2 луковицы, по 1 корню петрушки и моркови, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, перец горошком, лавровый лист, соль по вкусу, 1 л воды, 1 ст. сметаны, зелень укропа.

Лук, петрушку, морковь нарезать дольками, положить в кастрюлю, добавить специи (без соли) и залить водой. Поставить кастрюлю на огонь и, когда вода закипит, положить очищенные и промытые куски рыбы, предварительно окропленные уксусом. Довести воду до кипения, посолить и варить на медленном огне от 10 до 20 мин, в зависимости от величины кусков рыбы.

Сваренную рыбу разложить в тарелки и полить сметаной. Сверху блюдо обсыпать зеленью укропа.

В качестве гарнира в этому блюду хорошо подать разварной картофель, свежие огурцы.

Судак в рассоле

400–500 г филе судака, 1 луковица, 1–2 корня петрушки, 2–3 соленых огурца, 5–6 свежих белых грибов (можно шампиньоны), 2 столовые ложки муки, 50 г сливочного масла, 1/2 лимона, зелень укропа или петрушки, картофель для гарнира, 1 л рыбного бульона

или воды, 1 стакан огуречного рассола, соль, специи по вкусу.

Подготовленную рыбу нарезать кусками. Соленые огурцы очистить от кожицы и нарезать ломтиками. Грибы очистить, промыть, нарезать ломтиками. Куски рыбы положить в кастрюлю, залить рыбным бульоном или водой, добавить процеженный огуречный рассол, огурцы, грибы, нарезанные лук, коренья петрушки, специи, закрыть кастрюлю крышкой и варить до готовности рыбы и грибов.

Приготовить соус: на сковороде растопить 25 г сливочного масла и спассеровать на нем муку (не допуская изменения ее цвета). В слегка охлажденную муку влить 1/2 стакана процеженного бульона с рассолом, хорошо размешать и варить 5-10 мин. По окончании варки добавить соль, сок половины лимона и масло.

Куски горячей рыбы выложить на тарелку, сверху уложить вареные грибы, огурцы и полить соусом.

Рядом уложить отварной картофель, зелень укропа или петрушки.

Камбала в огуречном рассоле с зеленым маслом

500 г рыбы, по 1 шт. петрушки и сельдерея, 1 луковица, 1 1/2 ст. огуречного рассола, лавровый лист, перец горошком, соль по вкусу. Для зеленого масла: по 2 столовые ложки сливочного масла и смеси зелени укропа и петрушки, 1 лимон.

Рыбу выпотрошить, срезать кожу с темной стороны, нарезать кусками и посолить.

Нашинкованную зелень петрушки и укропа хорошо смешать с размягченным маслом и поставить в холодильник.

Коренья и лук нарезать дольками и залить рассолом, смешанным пополам с водой (3 стакана жидкости). Проварить в течение 10 мин, добавить специи и посолить. Затем этот отвар снова довести до кипения, положить в него рыбу и отварить ее до готовности.

Когда рыба сварится, выложить ее на блюдо, облить процеженным бульоном, в котором она варилась, и украсить кружками лимона. На каждый кусок рыбы положить шарик из зеленого масла.

Караси в сметане

400–500 г карасей, 1 луковица, 1 морковка, 1 корень петрушки, картофель для гарнира, 1 стакан сметанного соуса, соль по вкусу, пучок зелени петрушки.

Карасей очистить, выпотрошить, посыпать солью и оставить в холодильнике примерно на 1 час. Уложить рыбу в кастрюлю, добавить нарезанные дольками лук, морковь, петрушку, залить водой (2–3 стакана) и варить до готовности (15–20 мин). Рыбу вынуть из бульона, уложить на блюдо, полить сметанным соусом, посыпать мелкорубленой зеленью петрушки, гарнировать кружками отварного картофеля.

Щучьи головы

6–8 щучьих голов, 2 морковки, 1 луковица, 1–2 корня петрушки, головка чеснока, соль, специи по вкусу, картофель для гарнира.

Из щучьих голов удалить жабры и глаза. Затем головы ошпарить, промыть, залить холодной водой, добавить соль, специи, нарезанные дольками лук, морковь, петрушку и варить до готовности. Снять кастрюлю с огня, положить в нее мелкорубленый чеснок и дать настояться в течение 5–7 минут.

Сваренные головы красиво выложить на круглое блюдо, между ними уложить отварной картофель. Головы полить бульоном с мелкорубленым чесноком и овощами, которые варились вместе с рыбой.

Паровая рыба

700–800 г рыбы (судак, щука, карп, окунь морской, хек и др.), 2 луковицы, 1–2 корня петрушки, специи, соль, перец по вкусу, картофель для гарнира, 1 ст. томатного соуса, 1 ст. воды или бульона, пучок петрушки или укропа.

Рыбное филе нарезать на куски, уложить на решетку рыбного котла кожей вниз, в один ряд, подлить горячую воду или бульон, посолить, добавить специи, нарезанные дольками лук, коренья, петрушку, плотно накрыть крышкой и варить на пару 10–15 мин. Огонь при этом должен быть слабый. Бульон, полученный от припускания, использовать для приготовления соуса. Уложить рыбу на блюдо, рядом выложить отварной картофель. Рыбу полить соусом, сверху посыпать зеленью петрушки или укропа.

Карп в пиве

1 карп (около 1 кг), 50 г сливочного масла, 2 луковицы, 1–2 корня петрушки, 2 морковки, 1 чайная ложка меда, соль, специи по вкусу, 1/2 ст. светлого легкого пива.

Подготовленного карпа нарезать средними кусками, удалив из него как можно больше костей. В неглубокую кастрюлю, дно и

стенки которой смазаны маслом, уложить куски рыбы, произвольно нарезанные овощи, добавить специи и разведенный в воде мед. Все это залить пивом. Довести смесь до кипения и варить до готовности рыбы. Готовую рыбу уложить на блюдо, гарнировать вареными овощами (картофель, морковь), украсить зеленью.

Бульон, в котором варилась рыба, процедить и подать как соус.

Стерлядь паровая

1 кг филе стерляди, по 1 корню петрушки и морковки, 1 луковица, 1 ст. белого вина, 1/2 ст. бульона или воды, соль по вкусу, картофель для гарнира, пучок зелени укропа или петрушки.

Филе стерляди уложить кожей вниз на решетку рыбного котла, влить белое вино, добавить 1/2 стакана воды или бульона, положить произвольно нарезанные лук, морковь, петрушку, посолить и припускать под крышкой на слабом огне. Готовую рыбу уложить на блюдо. Разместить вокруг отварной картофель и все полить соусом, в котором рыба варилась. Сверху посыпать зеленью укропа или петрушки.

Стерлядь можно заменить судаком, форелью, треской, морским окунем, хеком и др.

Морской окунь, вареный в молоке

500 г рыбы, 2 стакана молока, 30 г сливочного масла, 2 столовые ложки молотых сухарей из белого хлеба, соль, зелень по вкусу.

Нарезанное на порционные куски филе рыбы посолить. В кастрюле распустить масло, всыпать туда же сухари и влить молоко. Поставить кастрюлю на огонь и, когда жидкость закипит, опустить в нее рыбу и варить до готовности. Зелень мелко нарезать и добавить в кастрюлю незадолго до окончания варки рыбы.

Сваренную рыбу вынуть из кастрюли и уложить на блюдо. Затем облить молочным соусом. Если соус получился недостаточно густой, его следует поварить еще.

Блюдо для ленивых

1 банка рыбных консервов в томате (лучше горбуша), 100 г сметаны, зелень по вкусу.

Содержимое банки выложить в кастрюлю, добавить сметану и

разогреть. Затем выложить в тарелку, гарнировать разварным картофелем или макаронами. Посыпать рубленой зеленью укропа или петрушки.

Рыба, отваренная в «шубе»

500 г рыбы, 1 луковица, 1 морковка, 50 г сливочного масла, соль, зелень по вкусу.

Подготовленную рыбу (филе без костей) нарезать кусками, посолить, подкислить и примерно на 1 час оставить в холодильнике. Пергаментную бумагу или металлическую фольгу нарезать квадратами. Смазать квадраты с одной стороны маслом и положить на них по куску рыбного филе. Обсыпать рыбу смесью из тонко нашинкованных овощей и зелени. Завернуть фольгу или бумагу конвертом и перевязать нитками, чтобы не разворачивалась.

Опустить конверты в кипящую воду и, когда она вновь закипит, уменьшить нагрев. Рыба сварится через 15–20 мин. Вынуть ее из кастрюли, развернуть конверты.

Готовую рыбу уложить на блюдо и облить сливочным маслом или каким-либо соусом.

Рыба на хлебе

1 кг рыбного филе, 5–6 свежих белых грибов, 1 ст. белого сухого вина, лимон, 10 ломтиков пшеничного хлеба, 50 г сливочного масла, картофель для гарнира, зелень петрушки или укропа, соль по вкусу.

Рыбу сварить, как указано в предыдущем рецепте, но с грибами. Придать ломтикам хлеба форму порционного куска рыбы и обжарить их на сливочном масле. На каждый гренок уложить кусок рыбы, на него ломтики грибов, полить соусом, в котором варилась рыба. Украсить лимоном, зеленью. Сбоку расположить отварной картофель.

Без картофеля это блюдо можно подать в качестве горячей закуски.

Рыба, припущенная в рассоле

1 кг рыбы (любой, кроме мелкой), 1 1/2 ст. огуречного рассола, 4–5 соленых огурцов, остальные продукты, как для паровой рыбы, картофель для гарнира.

Филе рыбы с кожей припустить с добавлением огуречного рассола и нарезанных кружочками огурцов. Готовую рыбу

уложить на блюдо, обложить ее солеными огурцами с картофелем, полить соусом рассол, приготовленным на бульоне, в котором рыба припускалась, посыпать зеленью петрушки или укропа.

Рыба, припущенная в молоке

1 кг рыбы (сазан, треска, бельдюга, окунь морской и др.), 3 луковицы, 1 1/2 ст. молока, 1 ст. молочного соуса с луком, картофель на гарнир.

Репчатый лук очистить, нашинковать и обжарить в масле. Куски рыбы уложить в кастрюлю, чередуя с репчатым луком, залить горячим молоком и припустить в течение 20–25 мин. Затем добавить молочный соус с луком и довести до кипения. Готовую рыбу уложить на блюдо, полить молочным соусом с луком, рядом уложить отварной картофель.

Щука с сельдью

1 кг филе щуки, 2 луковицы, 300 г филе сельди без костей, 2 ст. сметаны или сливок, 1 ст. воды, 1 лимон, 3–4 столовые ложки панировочных сухарей, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Сельдь и лук нарезать как можно мельче и перемешать. Рыбное филе уложить в кастрюлю, добавить сельдь с луком, сливочное масло, панировочные сухари, сливки или сметану, кипяток, соль, перец, дольки лимона по вкусу и припустить до готовности рыбы. Готовую рыбу выложить на блюдо и полить соусом, в котором она припускалась.

Рыба, припущенная по-русски

1 кг рыбы (филе щуки, трески, зубатки, хека и др.), 1 ст. белого сухого вина, 1 ст. воды, специи, 1 ст. соуса «Русский», отварной картофель для гарнира.

Порционные куски рыбы уложить наклонно в кастрюлю, залить вином, добавить кипяток, посолить и припустить до готовности на слабом огне. На рыбном бульоне приготовить соус «Русский». Готовую рыбу уложить на блюдо, рядом — отварной картофель и полить соусом «Русский».

Если вы не желаете использовать вино, то замените его сильно разведенным водой 3 %-ным уксусом. Вкус рыбы при этом, безусловно, проиграет.

Щука, тушенная с вином

1 кг филе щуки, 1 репа, 2 морковки, 1 корень петрушки (или сельдерея), 1 луковица, 2 лимона, 1 столовая ложка меда, 2 ст. белого вина, соль, перец по вкусу.

Подготовленную рыбу нарезать на куски, натереть солью и на 1 час оставить в холодильнике. Репу, коренья моркови и петрушки, лук нарезать, уложить в кастрюлю, добавить сливочное масло и слегка обжарить. На пассерованные овощи уложить рыбу, добавить мякоть лимона, перец, влить вино, мед, положить специи. Кастрюлю закрыть крышкой и обмазать для плотности тестом. Хорошо разогреть духовку, поместить в нее кастрюлю и тушить около часа. Куски рыбы вынуть из кастрюли, уложить на блюдо и залить соусом с овощами, в котором тушилась рыба.

Рыба, тушенная с горчицей

600 г рыбы, 1 столовая ложка горницы, 2 луковицы, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка муки, 1/2 л воды, лимонный сок, соль по вкусу.

Куски рыбы (треска, пикша, морской окунь и др.) посолить и обмазать с обеих сторон горчицей. В глубокой сковороде раскалить масло и обжарить на нем рыбу до полутотовности. Рыбу выложить на тарелку, а на сковороде слегка обжарить репчатый лук, затем обсыпать его мукой и подрумянить. В сковороду влить горячую воду, довести ее до кипения, добавить лимонный сок, соль, уложить куски рыбы и тушить под крышкой на очень слабом огне.

Готовую рыбу разложить по тарелкам и облить соусом, в котором она тушилась.

Подкислить соус можно также уксусом или лимонной кислотой.

Морской окунь, тушенный в огуречном рассоле

600 г рыбы, по 2 корня сельдерея, петрушки, 2 шт. лука-порея, 2 ст. огуречного рассола, 50 г сливочного масла, 1 столовая ложка муки, 1/2 ст. столового вина, соль, перец по вкусу.

Рыбу нарезать на куски и поперчить. Коренья и лук нашинковать тонкой соломкой. В смазанную маслом глубокую сковороду слоем уложить овощи, а на них куски рыбы. Залить продукты рассолом. Сковороду поставить на огонь, когда соус закипит, уменьшить огонь и продолжать тушить под крышкой.

Через полчаса отвар слить, заправить его мукой, растертой со сливочным маслом, вином. Снова добавить этот соус в сковороду с рыбой, довести до кипения и снять с огня.

Готовую рыбу разложить по тарелкам и вместе с гарниром облить соусом.

Треска, тушенная со шпиком

500 г рыбы, 200 г несоленого шпика, 2 луковицы, 1/2 ст. муки, 4 столовые ложки маргарина, соль, перец по вкусу, пучок зелени петрушки или укропа, несколько листочков зеленого салата.

Филе рыбы нарезать на кусочки, посолить, поперчить. Свиной шпик нарезать тонкими широкими ломтиками. Каждый кусочек рыбы завернуть в ломтик шпика и, чтобы не разворачивался, перевязать нитками.

Подготовленные изделия посолить, поперчить и обвалять в муке. Затем обжарить на раскаленной сковороде с маргарином до румяности. Выложить изделие на тарелку, а на сковороде в том же жире обжарить нашинкованный полукольцами репчатый лук На лук уложить рыбу со шпиком, добавить несколько столовых ложек горячей воды или бульона и тушить под крышкой до готовности рыбы.

На тарелки разложить листочки салата, на них рыбу со шпиком (предварительно удалив нитки), сверху посыпать луком и рубленой подсоленной зеленью, облить соком, в котором тушилась рыба.

Для пикантности в сок, оставшийся после тушения, можно добавить 2 дольки растертого с солью чеснока.

Минтай, тушенный с корейкой копченой

800 г спинки минтая, 150 г копченой корейки, 2 луковицы, 2 ст. молока, 1 столовая ложка муки, соль, перец по вкусу, по 1 пучку зелени петрушки и укропа, 4 помидора.

Рыбу посолить, поперчить и обвалять в мелкорубленой зелени петрушки и укропа.

Корейку нарезать мелкими кубиками и обжарить на сковороде. Лук нашинковать полукольцами и обжарить до золотистого цвета вместе с корейкой. Затем в эту же сковороду положить нарезанные дольками помидоры, посолить их и потушить. Половину смеси выложить из сковороды, а оставшуюся разровнять. Уложить на нее рыбу, сверху снова слой овощей и корейки. Залить все молоком с разболтанной в нем мукой, обсыпать зеленью и тушить под крышкой в течение получаса.

Солянка из рыбных консервов

1 банка консервов, 500 г капусты, 3 столовые ложки томата-пюре, 2 головки репчатого лука, 2 столовые ложки маргарина, 1 чайная ложка муки, 25–30 г сливочного масла, 1 соленый огурец, соль и сахар по вкусу, пучок зелени петрушки или укропа.

Нашинковать соломкой белокочанную капусту и слегка ее отжать, предварительно обсыпав солью. Выложить капусту в сковороду с разогретым жиром, накрыть сковороду крышкой и тушить до размягчения капусты. Затем влить в сковороду 5–6 столовых ложек бульона или воды, размешанные с 2 столовыми ложками томата-пюре.

Лук нашинковать тонкими полукольцами и слегка обжарить на масле. Затем обсыпать его мукой и зарумянить. Выложить в сковороду с луком рыбные консервы с соком или соусом, добавить томат-пюре (1 столовую ложку), очень мелкорубленые соленые огурцы и все хорошо прогреть.

Если консервы уже содержали томатный соус, то томат-пюре не добавляют.

Из сковороды, где тушилась капуста, выложить половину, остальную половину разровнять. Уложить на нее рыбу с луком, а сверху снова слой капусты. Облить изделие растопленным сливочным маслом, обсыпать сухарями и запечь в духовке.

Вместо свежей можно вполне использовать и квашеную капусту.

Треска по-домашнему

1 кг филе трески, 1 ст. молока, соус молочный, картофель для гарнира, соль по вкусу, пучок зелени укропа.

Подготовленную треску разрезать на куски, посолить, уложить в кастрюлю, залить небольшим количеством (1 стакан) холодной соленой воды, добавить молоко и тушить под крышкой на слабом огне 50 мин. Готовую рыбу уложить на блюдо вместе с разварным картофелем, залить молочным соусом, приготовленным на водно-молочной смеси, в которой тушилась рыба, украсить зеленью укропа.

Рыба, тушенная по-волжски

1 кг филе рыбы (крупный окунь, сом, судак), 2 луковицы, 5–6 яблок, 1 лимон, 1 1/2 ст. белого сухого вина, 3–4 столовые ложки растительного масла, соль, перец, зелень укропа.

Подготовленное рыбное филе нарезать на куски, обсушить, посолить. Натереть на терке цедру лимона, отжать сок лимона на рыбное филе. Лук, яблоки мелко нарезать и слегка обжарить на

масле. В посуду, где обжаривались лук и яблоки, влить вино и дать немного настояться. Смесь выложить в смазанную маслом форму, поперчить, посолить, обсыпать тертой цедрой лимона, сверху уложить на нее рыбу.

Накрыть форму (кастрюлю) крышкой и поставить в разогретую духовку на 25–30 мин. Готовую рыбу выложить на блюдо, облить смесью, в которой она тушилась, украсить зеленью укропа.

Рыба, тушенная с луком

1 кг рыбного филе, 1/2 ст. муки, 3–4 столовые ложки растительного масла, 4–5 луковиц, 1 столовая ложка лимонного сока, 3 ст. молока, лавровый лист, перец горошком, соль по вкусу, зелень петрушки или укропа, отварной картофель для гарнира.

Рыбу нарезать кусками, посолить, окропить лимонным соком, обвалять в муке и обжарить до образования румяной корочки. Лук нашинковать и обжарить до золотистого цвета.

Уложить куски рыбы, чередуя слоями лука, в порционные глиняные горшочки, залить молоком, добавить лавровый лист, перец. Тушить в хорошо прогретой духовке 15–20 мин. Отдельно подать отварной картофель, зелень петрушки или укропа.

Рыба, тушенная в горшочке

1 кг рыбного филе, 1/2 ст. муки, 1 ст. сметаны, 1 ст. бульона, 7–8 картофелин, 3–4 луковицы, 1/3 ст. растительного масла, 4–5 вареных белых грибов, 50 г топленого масла, 1 головка чеснока, зелень петрушки или укропа, соль, перец по вкусу.

Рыбу разрезать на куски, посолить и, обваляв в муке, поджарить на растительном масле. Репчатый лук нашинковать и обжарить с мелкорублеными грибами на топленом масле. Картофель очистить, нарезать дольками, положить в порционные горшочки, добавить туда пассерованный лук с грибами. Сверху уложить куски рыбы, растертый с солью чеснок, перец, залить бульоном, затем сметаной и тушить под крышкой в хорошо прогретой духовке до готовности. Подавать в горшочках.

Во время тушения горшочки рекомендуется периодически встряхивать.

Солянка рыбная на сковороде

600 г рыбного филе, 500 г квашеной капусты, 1/2 ст. растительного масла, 5 соленых огурцов, 1 столовая ложка муки,

2 луковицы, 1/2 ст. воды или рыбного бульона, специи, соль, сахар по вкусу.

Лук мелко нашинковать, смешать с квашеной капустой, добавить специи, соль, сахар и обжарить слегка на растительном масле. Нарезать ломтиками огурцы, развести водой или бульоном муку и все добавить в сковороду с капустой и хорошо прогреть.

В глубокую, смазанную растительным маслом сковороду уложить часть овощной смеси, на нее слой кусков рыбы. Сверху рыбу покрыть овощной смесью.

Залить рыбу с овощами оставшимся растительным маслом и поставить в хорошо прогретую духовку, где тушить без крышки 30–40 мин.

Щука фаршированная

Щука (целая тушка), 3 луковицы, 2 ломтика пшеничного хлеба, 1 лимон, 1 ст. молока, 50 г сливочного масла, 2 яйца, 5–6 долек чеснока, соль, перец, специи по вкусу, отварной картофель, 1 ст. соуса хрен или 200 г майонеза.

Щуку осторожно очистить от чешуи, стараясь не прорезать кожу. Подрезать кожу вокруг головы, отделить ее от мякоти и снять «чулком». Мякоть по мере необходимости подрезать ножом. Хребтовую кость перерубить так, чтобы хвостовой плавник остался с кожей. Оставшуюся тушку выпотрошить, промыть и отделить мякоть от костей.

Мякоть щуки пропустить через мясорубку вместе с луком (2 шт.), чесноком и размоченным в молоке хлебом, посолить и еще раз пропустить через мясорубку. Добавить в фарш яйца, размягченное сливочное масло и хорошенько эту смесь взбить лопаткой. Полученным пышным фаршем начинить кожу щуки. Фарширование не должно быть плотным, иначе при варке кожа обязательно лопнет. Нафаршированную щуку зашить со стороны головы, чтобы фарш не вылезал, обернуть марлей или тонкой тканью и уложить на решетку в большую кастрюлю.

Отдельно сварить из головы щуки бульон, добавив в него шелуху от лука, лук, соль, перец, специи. Затем залить этот бульон в кастрюлю со щукой и припускать на медленном огне. Бульон должен кипеть еле заметно, а щука вариться на пару.

Готовую щуку остудить в бульоне и только после этого осторожно вынуть и уложить на блюдо. Острым ножом разрезать рыбу на куски, сохраняя форму щуки. Между кусками вставить кружки лимона. Приложить к тушке голову, уложить вокруг по блюду разварной картофель, полить рыбу соусом хрен, приготовленным на бульоне, в котором припускалась щука.

Отдельно в соуснике подать рубленый чеснок с уксусом.

Рыба, тушенная по-русски

500 г рыбы, 1 луковица, сливочное масло или маргарин, 2–3 картофелины, 1–2 столовые ложки томата-пюре, 2 небольших соленых огурца, 2–3 столовые ложки сливок, красный молотый перец на кончике ножа, 2 столовые ложки нарубленного зеленого лука, 1 ст. воды.

Лук мелко нарубить и обжарить в жире. Переложить в горшочек, добавить красный перец, воду, нарезанный сырой картофель. Горшочек поставить в разогретую духовку. Когда картофель станет мягким, вынуть горшок из духовки, добавить в него томат-пюре, нарезанные ломтиками огурцы и кубиками рыбу, посолить, влить сливки, закрыть горшок крышкой, поставить в духовку и тушить до готовности.

Караси, жаренные в сметане

1 кг карасей, 1/2 ст. растительного масла, 2 луковицы, 3 яйца, 2 ст. сметаны, панировочные сухари, зелень петрушки или укропа, соль по вкусу.

Карасей очистить, выпотрошить, посолить и досуха вытереть. Лук мелко нашинковать и обжарить на масле. Яйца взбить и смешать с луком. Рыбу обвалять в яично-луковой смеси, затем в сухарях и обжарить на раскаленной сковороде с обеих сторон. Всю поджаренную рыбу выложить на сковороду, залить сметаной и дать ей 2 раза закипеть, но не кипятить. Жареных карасей разложить по тарелкам, посыпать зеленью петрушки или укропа.

Рыбная поджарка

1 кг рыбы, 1/2 ст. растительного масла, 1/2 ст. муки, 3–4 луковицы, жареный картофель для гарнира, соль по вкусу, зелень петрушки.

Рыбу нарезать кусками, посолить, обвалять в муке и поджарить в масле на раскаленной сковороде. Лук мелко нашинковать и обжарить до образования золотистого цвета. Жареную рыбу выложить на тарелку, обильно обсыпать жареным луком. Рядом выложить картофель.

Судак, жаренный в тесте

500–600 г филе судака, соль, перец по вкусу, 2 ст.

растительного масла для фритюра.

Для теста: *1 1/2 ст. муки, 2 яйца, 1 1/2 ст. молока, соль по вкусу.*

Приготовить тесто: из муки, молока и яичных желтков с солью замесить тесто, хорошо его размешать, чтобы не было комочков, и аккуратно ввести взбитые яичные белки. Рыбное филе нарезать маленькими кусочками, посолить, поперчить и подпылить мукой.

В глубокую сковороду или фритюрницу вылить масло, хорошо его разогреть. Куски рыбы накалывать вилкой и, обмакнув в тесто, опускать в кипящее масло. По мере готовности вынимать и выкладывать на сито, чтобы стекал жир. Обжаренные кусочки рыбы уложить на блюдо, покрытое бумажной салфеткой, и так подавать. Вместо судака можно использовать любую другую рыбу. Если рыба мелкая, то ее обмакивают в тесто и жарят целиком.

Рыба, жаренная с клюквой

7 кг мелкой рыбы (пескари, караси), 600 г клюквы, 300 г меда, 1 ст. муки.

Рыбу очистить, выпотрошить, обвалять в муке и поджарить на раскаленной сковороде. Клюкву размять, отжать сок, добавить в сок мед и упарить почти наполовину.

Жареную рыбу уложить в тарелку и облить клюквенным соком с медом.

Зразы донские

1 кг рыбного филе, 3–4 луковицы, 1 ст. панировочных сухарей, 2–3 кусочка пшеничного хлеба, 1/3 ст. молока, 50 г сливочного масла, 3 яйца, 1/2 ст. муки, зелень петрушки, 2 ст. растительного масла (для фритюра), соль, перец молотый по вкусу.

Филе рыбы нарезать на широкие ломтики, отбить их тяпкой до толщины 0,5 см, посолить, обрызгать лимонным соком и оставить в холодильнике, пока готовится фарш. Приготовить фарш: лук нашинковать, спассеровать; 2 яйца, сваренные вкрутую, нарубить; хлеб размочить в воде или в молоке, все смешать с мелкорубленой зеленью петрушки, солью и перцем. Фарш завернуть в кусочки рыбы, обвалять в муке, льезоне и в сухарях. В глубокую сковороду налить растительное масло и обжарить в нем зразы.

Зразы по-архангельски

700–800 г филе трески, 2 столовые ложки панировочных сухарей, соль, молотый перец по вкусу.

Для фарша: 200–250 г свежих грибов (белых или шампиньонов), 6 столовых ложек сливочного масла, 2 столовые ложки мелко нарезанного лука (зеленого), 2 сваренных вкрутую яйца, соль по вкусу

Филе трески пропустить через мясорубку, заправить солью, перцем, перемешать и разделать на лепешки. Приготовить фарш: грибы нарезать ломтиками, поджарить на масле, перемешать с солью, зеленым луком, рубленым яйцом. Фарш уложить на лепешки, сформовать зразы, запанировать в сухарях и поджарить обычным способом.

Подать с тушеной капустой, полить растопленным сливочным маслом.

Тельное

500 г филе любой рыбы, 100–125 г пшеничного хлеба, 1 ст. молока, 3–4 луковицы, 3 яйца, 20 г сушеных грибов, 1/2 ст. растительного масла, 1/2 ст. молотых сухарей, перец, соль, зелень петрушки.

Хлеб замочить в молоке, отжать и, смешав с кусочками рыбы, дважды пропустить через мясорубку. Фарш посолить, поперчить, хорошо перемешать и выбить. Приготовить начинку. Для этого вареные грибы, яйца измельчить и смешать с обжаренным измельченным луком, мелко нарезанной зеленью петрушки, смесь посолить, поперчить и снова все перемешать.

Из рыбного фарша сформовать шарики величиной с яйцо. Шарик выложить на влажную полотняную салфетку и придать ему форму лепешки. На лепешку положить начинку и с помощью салфетки согнуть лепешку пополам. Края лепешки плотно соединить и придать ей форму полумесяца. Таким образом приготовить остальные изделия.

Тельное обвалять в яйце, затем в сухарях и обжарить в глубокой сковороде на растительном масле. Обжаренные изделия довести до готовности в духовке.

К тельному хорошо подать жареный картофель.

Скумбрия, жаренная со сладким перцем

800 г рыбы, 4–5 стручков сладкого перца, 3 луковицы, 1 1/2 столовые ложки томата-пюре, 4 столовые ложки растительного масла, соль, перец по вкусу, 1/2 ст. муки.

Стручки перца (лучше зеленого цвета) испечь в духовке без

жира. Лук нашинковать и обжарить до золотистого цвета. Перец нашинковать и обжарить вместе с луком и томатом-пюре. Затем добавить в сковороду 2–3 столовые ложки воды и припустить овощи под крышкой 5–7 мин.

Рыбу, нарезанную кругляшами, посолить, поперчить и обвалять в муке. Обжарить ее на сильно раскаленной сковороде с маслом. Когда рыба зарумянится с одной стороны, перевернуть ее на другую сторону и на каждый кусок разложить припущенные овощи и жарить до готовности.

Таким же способом можно приготовить ставриду.

Треска, жаренная с помидорами

700 г рыбы, 1/2 ст. муки, 4 столовые ложки растительного масла, соль, перец по вкусу, 4–5 помидоров.

Филе трески посолить, поперчить, обвалять в муке и обжарить с обеих сторон. Свежие красные помидоры обдать кипятком, осторожно снять с них кожицу, разрезать пополам, посолить и обжарить на сковороде с маслом. Лук нашинковать полукольцами и обжарить до золотистого цвета.

На каждый кусок рыбы положить столовую ложку лука, сверху половинку помидора.

Навага, жаренная во фритюре

800 г рыбы, 4 столовые ложки муки, 2 яйца, 1/2 ст. молотых сухарей, 200 г жира для фритюра, 1/2 лимона, соль по вкусу.

Выпотрошенную рыбу посолить, обвалять в муке, яйцах и сухарях. Фритюр сильно разогреть и обжарить в нем рыбу. Затем ее выложить на блюдо и украсить кружками лимона.

Бефстроганов из хека

500 г рыбы, 1 столовая ложка муки, 2 луковицы, 30 г маргарина, 3–4 столовые ложки отварных грибов, 1 1/2 ст. сметанного соуса, 1 столовая ложка томата-пюре, соль по вкусу.

Филе (без костей) хека нарезать крупной соломкой, посолить, поперчить, обвалять в муке и обжарить на сковороде с маргарином. Лук нарезать полукольцами и обжарить с измельченными грибами. Рыбу, грибы и лук сложить в одну сковороду и залить сметанным соусом с томатом. Когда соус закипит, блюдо готово.

Скумбрия, жаренная в сыре

500 г рыбы, 250 г сыра (пошехонский, голландский и др.), 1 лимон, 4 столовые ложки растительного масла, 30 г сливочного масла, 2 яйца, 4 столовые ложки муки, пучок зелени петрушки, соль по вкусу, 2 помидора.

Скумбрию разделать на филе с кожей и смочить лимонным соком. Каждое филе разрезать на 3 кусочка, посолить и жарить на растительном масле. Сыр нарезать ломтиками по величине кусочков рыбы. Каждый ломтик сыра обвалять в муке, смочить в яйце и снова обвалять в муке. Обжарить с обеих сторон на сливочном масле так, чтобы кусочки слегка размягчились. Затем на ломтики сыра положить ломтики жареной рыбы, которую сверху накрыть сыром. Уложить эти «бутерброды» на смазанную сливочным маслом сковороду и прогреть, чтобы сыр расплавился и обволок рыбу.

Готовые изделия разложить на тарелки, сверху па каждое положить кружки обжаренных помидоров и обсыпать зеленью.

Рулетики из макруруса

500 г рыбы, 2 стручка сладкого перца, 2 луковицы, 2 дольки чеснока, 30 г маргарина, соль, перец по вкусу, пучок зелени петрушки или укропа.

Филе рыбы нарезать широкими ломтиками, посолить, поперчить. Перец, лук (1 луковица), чеснок, петрушку очень мелко изрезать, посолить. Этот фарш выложить на ломтики рыбы и закатать рулетиками. Чтобы они сохранили форму, перевязать нитками. Обжарить рулетики на сковороде с раскаленным маргарином, добавить 1 стакан рыбного или куриного бульона (воду) и тушить до готовности.

Луковицу нашинковать полукольцами, обжарить на сковороде с маслом, обсыпать мукой и жарить до румяности.

Готовую рыбу выложить на тарелки, облить бульоном, в котором она тушилась, и обсыпать жареным луком.

Камбала с яблоками

600 г рыбы, 3–4 яблока, 2 луковицы, 1/3 ст. столового вина, 1/2 ст. сметаны, соль по вкусу, 1/2 лимона.

Яблоки, лучше антоновские, очистить от кожицы и семян, нарезать дольками. Лук нашинковать кольцами. Сложить яблоки и лук в глубокую сковороду, на них положить кусочки рыбного филе, залить бульоном или водой (1 стакан), слегка подкислить лимонным соком и тушить под крышкой до готовности рыбы.

Когда рыба потушится, ее вынуть, добавить в отвар сметану и

довести смесь до кипения. При подаче рыбу облить этой смесью.

Рыба запеченная

Рыба, запеченная по-русски

700–800 г рыбного филе, 2 столовые ложки сливочного масла, 1/2 ст. тертого сыра, 5–6 картофелин, 1 ст. парового соуса, соль, перец молотый по вкусу.

Филе рыбы с кожей нарезать порционными кусками, уложить на смазанную жиром сковороду, поперчить. Вокруг рыбы уложить ломтики сваренного до полуготовности картофеля, полить все жидким паровым соусом, посыпать тертым сыром, обрызгать сливочным маслом и запечь в духовке до образования румяной корочки. Перед подачей на стол полить растопленным сливочным маслом, посыпать зеленью петрушки.

Рыба, запеченная по-московски

700–800 г филе рыбы, 5–7 вареных грибов, 2–3 сваренных вкрутую яйца, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, 6–7 картофелин, 1 1/2 ст. сметанного соуса, 1/2 ст. тертого сыра, соль по вкусу.

Сковороду смазать маслом, в центр положить обжаренные куски рыбы, а по краям вокруг рыбы — ломтики жареного картофеля. На рыбу положить жареный лук, ломтики вареных яиц, вареные грибы. Залить все сметанным соусом, обсыпать сыром и запечь в духовке.

Лещ, запеченный с капустой

1–1,5 кг леща, 2 ст. квашеной капусты, 2 луковицы, 1/2 ст. тертого сыра, панировочные сухари, 50 г сливочного масла, 1 ст. сметанного соуса.

Леща очистить, выпотрошить, промыть в холодной воде. Приготовить начинку: капусту смешать с шинкованным луком, посолить, поперчить. Обжарить капусту до готовности в кастрюле, добавив сливочное масло. Этой начинкой нафаршировать леща, брюшко зашить.

Уложить леща на сковороду или в форму, залить сметанным соусом, обсыпать тертым сыром и запечь в разогретой духовке до образования румяной корочки.

Минтай, запеченный со свеклой

500 г рыбы, 3 свеклы, 2 луковицы, 1 столовая ложка тертого сыра, 50 г маргарина, соль, перец по вкусу, пучок зелени петрушки.

Филе спинки минтая нарезать на кусочки, поперчить и посолить, лук нашинковать полукольцами, свеклу сварить и нарезать кубиками. Лук обжарить на маргарине до золотистого цвета. В сковороду, смазанную маргарином, положить кусочки рыбы, на них лук и свеклу, полить сметаной, обсыпать сыром и запечь в духовке в течение 15 мин. При подаче блюдо обсыпать измельченной зеленью петрушки.

Запеканка из макруруса

1 ст. манной крупы, 4 ст. воды, 1/2 чайной ложки соли, 1 яйцо. Для фарша: 500 г рыбы, 2 луковицы, 1 небольшая морковка, 3 столовые ложки маргарина, 1/2 ст. сметаны, 2 столовые ложки толченых сухарей, соль по вкусу, пучок зелени петрушки.

В кипящую подсоленную воду всыпать при постоянном помешивании манную крупу и варить на медленном огне 12 мин. Когда каша сварится, ее слегка охладить. Желток сырого яйца отделить от белка. Растереть желток с солью, а белок взбить до густоты. Смешать желток и белок с кашей.

Приготовить фарш. Филе рыбы (без костей) нарезать на небольшие кусочки и обжарить на маргарине вместе с луком и морковью. Всю эту смесь пропустить через мясорубку, посолить, поперчить.

В глубокую сковороду, смазанную маргарином и обсыпанную сухарями, выложить ровным слоем половину манной каши. На нее положить слой фарша и снова манную кашу. Сверху кашу облить сметаной, обсыпать сухарями. Сковороду поставить в духовку. Когда образуется румяная корочка, запеканку вынуть из духовки и, слегка охладив, разрезать на куски. Каждый кусок облить сметаной и посыпать рубленой зеленью петрушки.

Запеканка картофельная с рыбными консервами

1 банка консервов, 8 картофелин, 2 луковицы, 2 столовые ложки маргарина, 1/2 ст. сметаны, 1 столовая ложка толченых сухарей, соль, перец по вкусу, пучок зелени укропа

Сварить картофельное пюре и смешать его с жареным луком (1 луковица). Консервы (лучше без томата) смешать с жареным луком и прогреть на сковороде. Половину пюре выложить на смазанную маргарином и обсыпанную сухарями сковороду. На него уложить рыбу с луком, сверху еще слой пюре. Смазать

сметаной и запечь в духовке, чтобы зарумянилось. При подаче обсыпать рубленой зеленью. Отдельно подать сметану.

Пеламида, запеченная с макаронами

700–800 г пеламиды, 600 г отварных макарон, 5 столовых ложек сливочного масла, 60–70 г шампиньонов или свежих белых грибов, 2 ст. молочного соуса средней густоты, 2 столовые ложки тертого сыра, соль, перец по вкусу.

Кусочки рыбы без кожи и костей припустить в бульоне или воде. Отварные макароны заправить маслом и положить на смазанную жиром сковороду, на макароны выложить припущенные кусочки рыбы, на них — нарезанные отварные грибы.

Все продукты залить горячим соусом, обсыпать сыром, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запечь в духовке.

Вместо пеламиды для приготовления этого блюда можно использовать тунца, скумбрию и другую рыбу.

Скумбрия в фольге

600 г филе мелкой скумбрии, 1/2 лимона, 2 столовые ложки измельченного укропа, 2 луковицы, 2 сваренных вкрутую яйца, 3 столовые ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Половину подготовленной рыбы уложить кожей вниз на лист фольги для кулинарных целей. Сбрызнуть рыбу лимонным соком, посолить, обсыпать рублеными яйцами, укропом, обложить ломтиками лука и полить растопленным сливочным маслом. Затем оставшееся филе рыбы кожей вверх уложить на все эти продукты.

Фольгу плотно завернуть, не допуская разрывов и щелей, положить на противень в разогретую духовку. Через 25–30 мин кушанье готово.

Этим способом можно запекать не только скумбрию, но и другую рыбу.

Рыбный завтрак

300–400 г рыбы, 1 луковица, 3/4 ст. вареного риса, 3/4 ст. молока, 3 яйца, 1 столовая ложка растопленного сливочного масла, 1 столовая ложка молотых сухарей, 3 столовые ложки тертого сыра, соль, зелень петрушки по вкусу.

На смазанную жиром сковороду выложить слой вареного

риса, на него уложить куски обжаренной рыбы, нарезанный кольцами обжаренный лук, затем снова рис. Размешать яйца подсоленным молоком, залить этой смесью рис, обсыпать молотыми сухарями, тертым сыром и запечь в духовке. Готовое блюдо украсить зеленью петрушки.

Рыба, фаршированная кашей

2 тушки рыбы (750–800 г), 1 ст. рассыпчатой гречневой каши, 2 яйца, 1 ст. сметаны, 1 луковица, 1 столовая ложка муки, 3 столовые ложки растительного масла или маргарина, соль, перец, зелень по вкусу.

У целой тушки рыбы отрезать голову и удалить внутренности, не разрывая брюшка. Рыбу хорошо промыть, посолить и начинить гречневой кашей, смешанной с поджаренным луком и рублеными вареными яйцами. Сверху рыбу поперчить, обвалять в муке и обжарить на растительном масле (маргарине) до образования корочки. Затем рыбу в этой же сковороде запечь в духовке, периодически поливая образовавшимся соусом. За 5-10 мин до окончания запекания залить рыбу сметаной. Время запекания зависит от размера рыбы и температуры в духовке. Готовую рыбу посыпать зеленью.

Все, что не рыба

Жил в древности в городе Сиракузах лакомка и чревоугодник по имени Филоксен. Однажды он съел целого осьминога, оставив только голову, и от обжорства заболел. Когда же врачи сказали Филоксену, что жить ему осталось несколько часов, он потребовал принести ему оставшуюся голову осьминога. Доев эту голову, сиракузец торжественно заявил, что теперь он не оставил на земле ничего, о чем бы стоило сожалеть, и приготовился к смерти.

Может быть, эта история и вымысел, но одно в ней достоверно — кушанья, приготовленные из даров моря, обладают отменным вкусом и способны удовлетворить любого гурмана. Ведь по разнообразию продукты моря в значительной степени превосходят животный и растительный мир суши. Только на глубине до 1000 м в океане обитает около 180 тыс. морских животных. Общий вес животных Мирового океана — свыше 30 млрд. тонн. Из них только на долю крупных морских животных и рыб приходится примерно 3 млрд. тонн. Вот уж поистине бездонны кладовые Нептуна, но человек пока еще робко и неумело пользуется ими.

Непривычны еще для слуха домашних хозяек названия: трепанги, осьминоги, кальмары, мидии, морской гребешок, кукумария и пр. Когда их произносят, воображение рисует романтические путешествия по экзотическим морям, бесконечно удаленным от нашей повседневной жизни. Между тем, если внимательно присмотреться к прилавкам рыбных магазинов, то нетрудно заметить, что вся эта экзотика не так уж недоступна. Те же кальмары, креветки, морская капуста, мидии при желании могут занять достойное место на нашем столе рядом с кашей, щами, картофелем и другими традиционными блюдами. Нужно только побороть в себе кулинарный консерватизм и научиться азам правильной обработки этих продуктов. Если это вам удастся, то, поверьте, ваш стол станет неизмеримо богаче и разнообразнее, вы откроете для себя и своих знакомых новые удивительные вкусовые ощущения и, конечно же, приготовите эти кушанья еще не один раз.

А чтобы избежать некоторых трудностей и недоразумений, которые могут возникнуть при кулинарной обработке не рыбных даров моря, мы дадим вам некоторые советы.

Мидии. Обычно в продажу поступают мороженые, предварительно сваренные мидии без раковин. Когда они оттаят, их промывают и, если у некоторых экземпляров остался биссус,

его удаляют. Биссус — это такое образование, с помощью которого молюски прикрепляются к камням и другим предметам. Затем мидии еще раз промывают в проточной воде, чтобы удалить песок.

Мидии в раковинах обрабатывают так: счищают ножом прилипшие к раковинам образования, заливают раковины холодной водой и выдерживают 3–4 час. Затем раковины моют и опускают в кипящую воду на 20 мин. Этого времени достаточно, чтобы раковины раскрылись и мясо сварилось. Вареное мясо (оно сворачивается в комочек) отделяют от створок, удаляют биссус и промывают.

После этого мясо мидии готово для дальнейшей кулинарной обработки.

Морской гребешок. Для приготовления блюд используется мускул морского гребешка. Продается он в замороженном виде. После оттаивания его промывают в холодной воде. В таком виде он готов для варки. Варят морской гребешок в подсоленной воде в течение 15–20 мин.

Кальмар. Размораживают кальмаров на воздухе либо в воде. Лучшее соотношение воды и продукта при размораживании 3:1. Вода при этом должна быть холодной. От горячей воды мякоть кальмаров темнеет.

Далее обработку можно вести двумя способами. При первом способе осторожно разрывают связку между мешочком-туловищем (мантией) и головой. Голову вместе с внутренностями отделяют легким рывком. Здесь главное не повредить чернильный мешочек. Иначе из него вытечет синяя или темно-коричневая жидкость, которая окрасит мясо кальмара. Внутренности отделяют от головы, а из последней удаляют глаза и челюсти (клюв). С внутренней стороны туловища удаляют хитиновые пластинки.

При разделке вторым способом мантию надрезают со стороны брюшка. Чтобы не порвать чернильный мешочек, нож глубоко в тело лучше не вводить. Через этот надрез удаляют внутренности и хитиновые пластинки, зачищают ножом брюшко. Из головы, как и в первом случае, удаляют глаза и челюсти.

Наружную пленку и присоски снимают так: заливают кальмаров теплой водой (50–60 °С) и выдерживают в ней несколько минут. При этом воду интенсивно взбалтывают, отчего кожа начинает сходить с тела кальмаров. После этою мясо тщательно промывают в проточной воде.

Варят кальмаров в воде и на пару. На 1 кг кальмаров берут примерно 2 л воды и 1 столовую ложку соли. Мясо кладут в кипящую воду и после ее закипания варят не более 3–5 мин. При

более длительной варке мясо становится жестким и сухим.

Если варить кальмаров на пару, то мясо их получается более сочным и вкусным. Время такой варки 10–12 мин.

Можно кальмаров и припускать. В этом случае на 1 кг мяса берут 0,3–0,5 л воды. Время припускания — 5 мин.

Креветки. Обычно их продают замороженными или консервированными. Консервированные креветки готовы к употреблению. Что же касается замороженных, то их слегка оттаивают на воздухе, чтобы отделялись друг от друга, промывают в холодной воде и отваривают. Время варки 8-10 мин с момента закипания воды. Сваренные креветки должны всплыть на поверхность. Если креветки были заморожены отварными, то их достаточно поварить не более 3 мин. Иначе мясо их утратит сочность.

При очистке у креветок отделяют шейку от брюшка, снимают панцирь.

Морская капуста. Лучше всего использовать консервированную в банках морскую капусту. Она готова к применению. Сушеную капусту заливают водой в соотношении 1:8 и оставляют для набухания на 12 час. Затем ее промывают (для удаления песка) и отваривают. При слабом кипении она варится примерно 2 час. В этом же отваре капусту выдерживают еще 12 час, потом промывают, заливают холодной водой и до использования хранят в холодильнике.

Картофельный рулет с мидиями

200–250 г вареных мидий, 8-10 картофелин, 2–3 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, 2–3 столовые ложки панировочных сухарей, 50 г сливочного масла, соль, перец по вкусу.

Мясо мидий положить в кастрюлю, добавить немного молока или воды, душистый перец горошком, лавровый лист, поставить кастрюлю на огонь и, когда вода закипит, тушить при закрытой крышке 15–20 мин. Затем мидии охладить, мелко нарубить и обжарить с шинкованным луком, посолить, поперчить.

Картофель отварить, слив отвар, горячим пропустить через мясорубку, добавить сливочное масло и перемешать. Готовую картофельную массу выложить на смоченное водой полотенце. На середину массы положить фарш из мидий. Помогая полотенцем, завернуть картофельную массу в виде рулета и переложить на сковороду, смазанную жиром. Сверху рулет посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

При подаче рулет полить маслом или сметаной, посыпать зеленью.

Плов с мидиями

300 г вареных мидий, 1 ст. риса, 1/2 ст. растительного масла, 1 луковица, 1 морковка, 2 столовые ложки томата-пюре, соль по вкусу, 2 столовые ложки зелени петрушки и укропа.

Мидии нарезать тонкими ломтиками, лук — полукольцами, морковь — соломкой. Указанные продукты обжарить на растительном масле, сложить в кастрюлю и залить бульоном, в котором варились мидии (2 стакана), добавить томат-пюре, соль и тушить под крышкой 20 мин.

Рис промыть, сварить до полуготовности и, слегка обсушив, выложить в кастрюлю с мидиями и овощами. Продукты перемешать и тушить под крышкой 30 мин.

Готовый плов выложить горкой на блюдо, сделать в горке углубление и положить в него 2 столовые ложки измельченной зелени укропа и петрушки.

Мидии с капустой

300 г вареных мидий, 1 кг свежей белокочанной капусты, 1/2 ст. растительного масла, 2 столовые ложки томата-пюре, 1 луковица, 1 морковка, по 1 столовой ложке муки, сахара, уксуса, 5 горошин черного перца, соль по вкусу, 1 столовая ложка зелени петрушки.

Нарезать мидии тонкими ломтиками и обжарить на масле вместе с луком (1 луковица).

Нашинковать капусту и потушить ее вместе с обжаренными морковью, луком, укропом, томатом-пюре, специями, водой (1/2 стакана). Когда капуста будет готова, добавить в нее сахар и разведенную в воде обжаренную муку. Все хорошо перемешать, прогреть в течение 2–3 мин, добавить мидии с луком и тушить еще 10 мин.

Готовое блюдо перед подачей посыпать зеленью.

Кальмары в сметане

800 г кальмаров, 3 луковицы, 1/2 ст. растительного масла, 1 ст. сметаны, 2 столовые ложки муки, 1/2 ст. воды, соль, перец по вкусу, 1 пучок зелени петрушки.

Нарезать вареных кальмаров соломкой, обсыпать солью, перцем и обвалять в муке. Затем сложить в сито и встряхиванием удалить лишнюю муку. На раскаленной сковороде с маслом обжарить кальмаров до образования румяной корочки. Выложить кальмаров в кастрюлю, а на сковороде обжарить нарезанный

полукольцами лук. Соединить лук с кальмарами, влить сметану, воду, посолить и тушить под крышкой 30 мин.

При подаче блюдо посыпать зеленью петрушки.

Яичница с кальмарами

600 г кальмаров, 6 яиц, 4 луковицы, 8 свежих помидоров, 4 столовых ложки растительного масла, соль, зелень по вкусу, 3 столовые ложки тертого сыра.

Лук нашинковать полукольцами и обжарить до золотистого цвета. В эту же сковороду положить нарезанные дольками помидоры и жарить в течение 5 мин. Затем добавить нарезанных соломкой вареных кальмаров и, залив все отваром, в котором варились кальмары (2 стакана), тушить на слабом огне, постоянно помешивая (без крышки).

Когда жидкость выкипит до 3/4 первоначального объема, влить подсоленные, предварительно взбитые яйца и дать смеси прокипеть до образования нежной яичной кашицы. Снять сковороду с огня, обсыпать яичницу тертым сыром и зеленью и дать ей постоять 5–7 мин.

После этого блюдо готово.

Кальмары, тушенные с солеными огурцами

800 г кальмаров, 3 столовые ложки сливочного масла, 3 луковицы, 2 соленых огурца, 2 ст. томатного соуса, 3 картофелины, 2 свежих помидора, 3–4 зубчика чеснока, соль, перец по вкусу, пучок зелени петрушки.

Филе промыть, нарезать соломкой, посолить, посыпать молотым перцем и слегка обжарить. Затем сложить кальмаров в кастрюлю, добавить слегка обжаренный измельченный лук, нарезанный и обжаренный картофель, дольки помидоров, залить все томатным соусом и тушить на слабом огне примерно 30 мин. Между тем огурцы очистить от кожицы, порубить и припустить до размягчения. Когда кальмары и овощи потушатся, смешать их с огурцами и толченым чесноком.

Поджарка из кальмаров

800 г филе кальмаров, 2 яйца, 3–4 столовые ложки муки, 5 столовых ложек сливочного масла.

Для лука фри: *400 г лука, 1 столовая ложка муки, 2 ст. растительного масла для фритюра.*

Лук нарезать кольцами, пересыпать его просеянной

пшеничной мукой, перемешать, отсеять лишнюю муку на сито и обжарить лук во фритюре. Обжаренный лук быстро вынуть шумовкой, выложить на сито и, когда стечет масло, слегка посолить.

Кальмаров сварить, нарезать соломкой, посолить, поперчить, смочить в яйце, затем обвалять в муке. Подготовленных таким образом кальмаров обжарить на сковороде с маслом до готовности. Выложить на блюдо, сверху засыпать луком фри. На гарнир подать жареный картофель.

Оладьи из капусты с кальмарами

800 г свежей белокочанной капусты, 600 г филе кальмара, 2 ст. молока, 50 г сливочного масла, 4 столовые ложки муки, 3 луковицы, 3 яйца, 1/3 ст. растительного масла, соль, перец по вкусу, 1 ст. сметаны.

Капусту мелко порубить, погрузить в кипяток и откинуть на дуршлаг. Затем сложить капусту в кастрюлю с маслом, добавить немного горячего молока и припустить до готовности.

Сваренных кальмаров пропустить через мясорубку, смешать с капустой, добавить обжаренный шинкованный лук, растертые с солью яичные желтки, разведенную молоком до консистенции жидкой сметаны муку и все хорошо перемешать. Затем осторожно ввести предварительно охлажденные и взбитые яичные желтки.

Выпекать оладьи обычным способом, отдельно подать сметану.

Солянка с морским гребешком

600 г мяса морского гребешка, 1 кг тушеной капусты, 3–4 соленых огурца, 2 луковицы, 2 столовые ложки каперсов, 3 столовые ложки кулинарного жира, 2 столовые ложки томата-пюре, 3 столовые ложки тертого сыра, 10 маслин, 1/2 лимона, соль, перец по вкусу, маринованные фрукты.

Мясо морского гребешка разморозить до такого состояния, чтобы можно было нарезать его кусочками по 25–30 г. Обжарить их до готовности, соленые огурцы очистить от кожицы и семян, нарезать тонкими дольками.

Лук нашинковать и обжарить с томатом-пюре.

Припустить огурцы в небольшом количестве воды до мягкости, слить жидкость, добавить лук, каперсы и тушить под крышкой 10 мин.

В глубокую сковороду с жиром уложить слоями тушеную капусту, морской гребешок, огурцы с луком. Верхний слой

должен состоять из капусты. Обсыпать ее тертым сыром, сбрызнуть жиром и запечь в духовке, чтобы сыр зарумянился.

При подаче солянку украсить маслинами, дольками лимона, маринованными фруктами.

Котлеты из морского гребешка

500 г морского гребешка, 2 ломтика пшеничного хлеба, 1/2 ст. молока, 1 яйцо, 1/2 ст. молотых сухарей, 4 столовые ложки растительного масла.

Не совсем оттаявший гребешок промыть, дать стечь воде и прокрутить через мясорубку. Добавить в фарш размоченный в воде и отжатый хлеб, хорошо размешать и снова пропустить через мясорубку. Фарш посолить и смешать со взбитым яйцом.

Сформовать котлеты, обвалять их в сухарях и зажарить.

В фарш можно добавить репчатый лук, вкус котлет от этого только выиграет.

Креветки под соусом

1 кг варено-мороженых креветок, 2 ст. сметанного соуса, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки тертого сыра.

Вареные креветки очистить от панциря и нарезать кусочками. На середину сковороды положить креветки, вокруг них — ломтики жареного картофеля. Залить все сметанным соусом, обсыпать тертым сыром и запечь в духовке до образования румяной корочки.

Креветки с рисом

300 г вареного мяса шеек креветок, 3 ст. вареного рассыпчатого риса, 3 луковицы, 2 столовые ложки томата-пюре, 4 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу, пучок зелени укропа или петрушки.

Шейки креветок измельчить, лук обжарить до румяности. Все продукты выложить в сковороду и прогреть, постоянно перемешивая. При подаче посыпать зеленью.

Вместо томата-пюре можно использовать 1/2 стакана сметаны. Дополнительно добавить тертый сыр (2 столовые ложки).

Рулет с морской капустой

200 г морской капусты, 7 картофелин, 300 г творога, 3 яйца, 3 столовые ложки муки, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки молотых сухарей, 1 ст. сметаны, соль по вкусу, пучок зелени петрушки.

Сварить картофель и морковь. Пропустить их через мясорубку вместе с консервированной морской капустой и творогом. Добавить муку, яйца, посолить и перемешать.

Полученную массу выложить на мокрое полотенце и с его помощью сформовать рулет. Выложить его на смазанную сковороду, облить сметаной, проколоть в нескольких местах ножом и запечь в духовке до румяности.

Перед подачей нарезать рулет на порции, облить сметаной и обсыпать рубленой зеленью.

Сырники с морской капустой

150 г морской капусты, 800 г творога, по 4 столовые ложки сахара и сахарной пудры, 1 ст. пшеничной муки, 2 яйца, масло для жарки, 1/2 ст. сметаны.

Протертый творог посолить, смешать с консервированной морской капустой, сахаром, мукой. Разделать смесь на сырники и зажарить их на масле. Готовые изделия обсыпать сахарной пудрой и подать со сметаной.

Сырники только выиграют, если в них добавить припущенную тертую морковь и яблоки.

Лапшевник с морской капустой

300 г домашней лапши, 1 л молока, 2 ст. воды, 150 г вареной морской капусты, 400 г творога, 3 яйца, 4 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки сливочного масла, 3 столовые ложки тертого сыра, соль по вкусу.

Воду посолить, поставить на огонь, а когда она закипит, бросить в нее лапшу. Разварить лапшу до полуготовности, добавить в кастрюлю молоко и, часто помешивая, варить лапшу до тех пор, пока она не превратится в вязкую массу.

Морскую капусту пропустить через мясорубку, творог протереть и смешать с капустой, добавить яичные желтки, растертые с сахаром. Смесь соединить с капустой и творогом, хорошо взбить лопаткой и осторожно ввести взбитые яичные белки.

Массу выложить в смазанную маслом глубокую сковороду, обсыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

Пшенная каша с морской капустой

300 г пшена, 150 г морской капусты (консервы), 500 г мякоти тыквы, 1 л молока, 2 столовые ложки сахара, соль по вкусу.

Мякоть тыквы мелко нарезать, положить в кипящее молоко и варить в течение 15 мин. Добавить пшено, соль, сахар и сварить кашу. Когда каша сварится, добавить в нее прокрученную на мясорубке морскую капусту, соль, сахар и поставить кастрюлю на 20 мин в разогретую духовку. Чтобы каша не пригорела, кастрюлю необходимо поставить на противень с горячей водой.

Соусы к рыбным блюдам

Белый соус с каперсами

2 ст. рыбного бульона, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки сливочного масла, 1/4 луковицы, 1 чайная ложка мелко нарезанного корня петрушки, 2 столовые ложки каперсов, соль по вкусу, перец горошком, лавровый лист.

Муку обжарить, помешивая, влить в нее бульон, размешать до получения однородной массы. Добавить измельченные овощи и каперсы, варить при слабом кипении 30–35 мин. В конце добавить перец, лавровый лист. Готовый соус процедить, овощи протереть через сито и хорошо перемешать с соусом.

Соус хрен

1 ст. воды или рыбного бульона, 150 г хрена, 1 столовая ложка сахара, 1/2 ст. 3 %-ного уксуса, соль по вкусу, 1/2 ст. сметаны.

Очищенный и хорошо промытый в холодной воде корень хрена натереть на терке, заварить кипятком или рыбным бульоном, добавить соль, сахар, уксус. Смесь хорошо размешать, охладить до комнатной температуры и смешать со сметаной.

Соус сметанный

1/2 ст. сметаны, по 1 столовой ложке сливочного масла и муки, соль, перец по вкусу.

Сметану довести до кипения, постепенно влить ее в обжариваемую на сливочном масле муку (непрерывно помешивая). Добавить соль, перец и довести до кипения.

Томатный соус

2 ст. белого соуса, 2–3 столовые ложки томата-пасты, 1/2 луковицы, корень петрушки, 1/3 морковки, 1/2 лимона, 1 столовая ложка сливочного масла, сахар, перец, соль по вкусу.

Лук и коренья измельчить, обжарить с жиром, добавить томат-пасту и продолжать жарить еще 5 мин. Влить в эту массу белый соус и варить 10–15 мин. В конце варки добавить сахар, соль, перец, сок лимона. Соус процедить, коренья протереть и смешать с соусом.

Соус рассол

2 ст. белого соуса, 1/3 ст. огуречного рассола, 1/2 лимона, 1/2 соленого огурца, 2–3 столовые ложки вареных грибов, соль, перец по вкусу, 1/3 ст. белого вина.

В белый соус добавить прокипяченный рассол и варить 3–5 мин. Посолить, добавить лимонный сок, 1/3 стакана сухого белого прокипяченного вина. Грибы и огурцы нарезать ломтиками, отварить, измельчить, положить в соус и хорошо перемешать.

Соус молочный с луком

1 1/2 ст. молока, 1/2 ст. воды, по 2 столовые ложки сливочного масла и муки, 2 луковицы, соль, перец по вкусу.

В горячую мучную пассеровку при непрерывном помешивании влить горячее разбавленное водой молоко и варить 4–5 мин. Мелко нарезанный лук слегка обжарить с жиром, добавить в молочный соус и варить 5–7 мин. Добавить соль, перец, охладить и протереть через сито.

Соус «Русский»

1/2 ст. томатного соуса, 2–3 ложки вареных грибов, 1/2 морковки, корень петрушки, 1/2 соленого огурца, 1 столовая ложка каперсов, 4–5 олив, 50 г вареных хрящей осетрины, 1–2 столовые ложки сливочного масла.

Коренья нарезать брусочками и припустить в небольшом количестве воды. Огурцы очистить от кожицы и семян, нарезать ломтиками и отварить. Вареные хрящи осетровых нарезать ломтиками, оливки освободить от косточек. Смешать все продукты, добавить грибы и каперсы, соединить с томатным соусом и довести до кипения. Готовый соус заправить маслом.

Соус паровой

2 ст. белого соуса, 1/4 луковицы, 1 чайная ложка мелко нарезанного корня петрушки, 1/2 лимона, 1 столовая ложка белого сухого вина, 1 столовая ложка сливочного масла, соль, перец по вкусу.

В белый соус положить мелко нарезанные лук, петрушку и поварить при слабом кипении 10–12 мин. Добавить вино, сок лимона, соль, перец и довести до кипения. Процедить, добавить масло и мешать до полного соединения его с соусом.

БЫСТРО, КРАСИВО И… АППЕТИТНО

Как таковое слово «закуска», пожалуй, чисто русского происхождения. Означает оно не основную еду, а то, что ей предшествует. Главное назначение закусок — возбуждение аппетита.

В наш век массовой борьбы с лишними килограммами еда с аппетитом многим кажется чуть ли не преступлением. Между тем без аппетита не может быть нормального усвоения пищи. По этому поводу академик И.П. Павлов, выдающийся русский физиолог, лауреат Нобелевской премии (1904 г.) писал: «… нормальная и полезная еда — есть еда с аппетитом, еда с испытываемым наслаждением». И здесь, безусловно, важная роль принадлежит закускам.

Поскольку закуски подаются на русский стол главным образом перед основной едой (супами, мясными, рыбными блюдами), они не должны быть сытными. Острый вкус многих из них и привлекательный вид, всех их без исключения, настраивают на обед. У русских есть такое выражение: «слюнки текут». Так вот, хорошо приготовленная закуска и должна вызывать своим дизайном, запахами эти самые «слюнки». И тогда, будьте уверены, весь дальнейший обед будет съеден с удовольствием и, конечно же, на здоровье.

Из обилия русских закусок наиболее традиционными являются разнообразные соленья из овощей, грибов и рыбы. И зимой и летом, а особенно ранней весной желанная гостья на русском столе — квашеная капуста. Это прекрасная закуска, отличный гарнир к мясным блюдам, ароматный фарш для пирогов. Квасят капусту во многих странах мира, но мало где она

употребляется в таком количестве, как у нас в России. Да и такого разнообразия блюд из квашеной капусты вряд ли где еще встретишь. Возможно, это связано с тем, что в период долгих российских зим именно квашеная капуста наряду с репой составляла основную «зелень» на крестьянском столе.

Ничего не зная о витамине С, народ опытным путем распознал, что именно капуста среди самых распространенных овощей обладает уникальной способностью сохранения этого жизненно важного элемента питания. По данным современной науки, витамин С сохраняется в квашеной капусте в течение 7 месяцев, конечно, при условии ее правильной засолки.

О целебных и оздоровительных свойствах квашеной капусты очень увлекательно и толково написал американский ученый П. Брегг. Кстати, он же отмечает, что история появления кислой капусты восходит ко временам, когда возводилась Великая китайская стена. «Без этой легендарной стены, — пишет П. Брегг, — мы никогда не узнали бы о восхитительных достоинствах кислой капусты… Трудолюбивые невольники, китайские кули, которые строили это чудовищное сооружение, извивающееся змеей на полторы тысячи миль поперек Азии, были выносливыми и сильными благодаря капусте, в качестве добавки к которой они ели рис и соевые бобы. Капуста квасилась с тмином, сельдереем, укропом и можжевеловыми ягодами (и, о чудо был рожден чудесный новый вкус, кислый и приятный). Несколько тысяч лет позже, несмотря на Великую китайскую стену, Чингис-Хан разграбил Китай. Его татарские орды переняли кислую капусту и прибавили ее к награбленному, когда шествовали по Азии и Европе — они оставили после себя руины, разрушения и… кислую капусту».

П. Брегг отмечает, что кислая капуста, поскольку она хорошо сохраняется, была, возможно, в числе первых необходимых продуктов, который брали с собой моряки во время своих дальних путешествий. Капитан Джеймс Кук, который открыл Гавайские острова, приписывает успех этого открытия кислой капусте. Ежедневная порция кислой капусты спасла его моряков от цинги, предотвратив случаи смертности.

Не беремся судить, насколько достоверны эти данные, но сама история очень занимательна.

Славяне еще до того, как узнали капусту, занимались засолкой дикорастущих трав. Судя же по тому, что капуста им была известна как минимум за 300 лет до вторжения Чингис-Хана, можно предположить, что наши предки хорошо владели этим ремеслом задолго до прихода кровавого «просветителя».

Заготовка капусты на зиму в России шла поздней осенью,

когда при первых слабых морозах «капустные вилки свертываются круче», увеличиваются и твердеют. Живописную картину представляла собой русская деревня при заготовках капусты. По всей деревне слышался стук сечек. Для рубки капусты в каждом доме имелось особое корыто, которое ни для чего другого не употреблялось. В помещичьих домах такие корыта были очень длинные. При рубке капусты у такого корыта становилось по 10–14 женщин. Делались эти корыта из толстых досок, самые лучшие выдалбливались из липового или дубового бревна.

Количество заготовленной рубленой кислой капусты определялось числом ушатов. Ушат и ведро были принятыми мерами для кислой капусты, как, кстати, четверти и четверики для хлеба.

По своему качеству кислая капуста делилась на серую, полубелую и белую. Серая рубилась из одних верхних зеленых листьев, полубелая — из всего кочана, а белая — из одних только середочек, т. е. из одних белых, круто свернутых внутренних листьев. По обычаю серая капуста у простого народа шла на щи, а полубелая и белая съедалась в основном в постные дни с квасом или с постным маслом.

Ничего не пропадало в крестьянском хозяйстве. Известно, что к осени на огуречных грядках остается много непригодных в свежем виде к употреблению скрюченных или крупных, с большими семенами внутри, зачастую желтого или чуть ли не коричневого цвета огурцов. Так вот, у наших предков они не пропадали. Их накладывали сверху в кадушку с кислой капустой. Там они квасились вместе с капустой в капустном рассоле. В постные дни их ели с капустой, а в скоромные— с солониной и квасом.

При рубке в капусту клали соль, лук репчатый очищенный (это в серую). А в белую капусту для запаха клали разные пряности.

Рубка капусты была истинным праздником для деревенских детей. В это время они по целым дням не отходили от своих матерей и едва ли что другое ели, кроме кочерыжек.

У русских было принято в кадках, чанах с рубленой капустой заквашивать капусту и целыми кочанами, иногда половинками. Самые лучшие, твердые кочаны запасливые хозяйки оставляли свежими. Любопытен был способ хранения свежей капусты, который, безусловно, можно использовать в домашнем хозяйстве и в настоящее время. Выбранные для длительного хранения в свежем виде кочаны подвешивали в подвалах или погребах и в таком виде капуста долго сохранялась.

В крестьянском хозяйстве капуста использовалась, как

сегодня сказали бы, по безотходной технологии. Зеленые части кочерыжек промывали, рубили и скармливали скоту. На корм скоту отдавали и все другие отходы от рубки. Кстати, коровы очень охотно едят капусту и при добавке ее в корм дают больше молока.

Лучшей в Московской губернии всегда считалась капуста, выращенная в окрестностях Коломны.

Зимой квашеная капуста была на столе ежедневно. Ее заправляли растительным маслом и квасом.

Прошли сотни лет, а рецепт квашения капусты практически не изменился. Вот как это делают современные хозяйки.

Прежде всего нужно иметь в виду, что наиболее подходящими для квашения капусты являются такие сорта белокочанной капусты, как Слава, Московская, Белорусская и некоторые другие.

Сначала кочаны необходимо обмыть и зачистить от испорченных и вялых листьев. Вырезав кочерыжки, кочаны нужно изрубить сечкой или нашинковать на специальной шинковке. Нашинкованную капусту необходимо тщательно перемешать с солью и шинкованной морковью. Делать это следует в деревянной или эмалированной емкости. Не стоит, перемешивая капусту, очень усердствовать, так как это ведет к потере витамина С.

Подготовленную капусту уложить в кадку или бочонок, трамбуя каждую новую порцию деревянным пестом или другим тупым предметом (бутылкой из-под шампанского) до тех пор, пока из нее не выступит обильный сок.

При желании в капусту можно положить и другие приправы — яблоки, душистый перец, лавровый лист.

Всегда очень вкусными получаются целые кочаны или их половинки, уложенные в нашинкованную капусту. У целых кочанчиков удаляют кочерыжку и в углубление засыпают соль.

На дно бочки и сверху капусты лучше положить слой зеленых капустных листьев. Сверху накрыть капусту хлопчатобумажной белой тканью, а на нее положить деревянный кружок с гнетом. Для гнета лучше всего подобрать большие округлые камни, какие встречаются по берегам речушек.

Через некоторое время под тяжестью гнета капуста осядет и покроется рассолом. Если рассол не выступил, груз следует увеличить, иначе верхние слои капусты испортятся.

Процесс брожения лучше всего протекает при температуре 18–20 °С. Длится он примерно неделю.

Когда на поверхности начнут показываться пенящиеся пузырьки, капусту необходимо проткнуть в нескольких местах острой длинной палкой (она должна доставать до дна бочки).

Через эти проколы будут выходить газы, образующиеся при брожении.

Два дня спустя нужно сделать новые проколы.

Когда капуста приобретет белый или янтарно-желтый цвет, а это обычно бывает через неделю после засолки, ее следует из теплого помещения перенести в погреб, где температура не превышает 5 °С.

На этом процесс приготовления можно считать законченным.

Для квашения 100 кг очищенной капусты требуется 2,5 кг соли, 4-10 кг моркови. По желанию: 5 кг антоновских яблок, 5 г душистого перца, 10 г лаврового листа, 20 г тмина.

Очень вкусная капуста получается также, если ее перед заквашиванием предварительно нафаршировать яблоками. А делают это так. Очистить вилки капусты от негодных и зеленых листьев. В просторном баке или кастрюле вскипятить воду, в которую поочередно опускать на 2–3 мин кочаны. Вынув кочаны из кипящей воды, положить их на стол кочерыжками вниз.

Яблоки (лучше антоновские) очистить от кожицы, удалив семенные коробки, и нарезать тонкими ломтиками. Чтобы ломтики не потемнели, яблоки лучше резать непосредственно перед фаршированием кочана.

Остывший кочан разобрать на листья, но не отрывать их. Между листьями уложить ломтики яблок, кочан обжать и обвязать суровой ниткой.

Подготовленные таким образом кочаны уложить в кадушку, дно которой присыпано рубленой капустой.

Каждый слой кочанов необходимо просолить и переложить (заполнив пустоты) слоем рубленой капусты и яблок.

Верхний слой кочанов засыпать рубленой капустой, накрыть ее большими капустными листьями. Далее квасить обычным способом.

Чтобы кожура от яблок не пропадала, ее можно положить между капустными листьями, но сверху обязательно присыпать рубленой капустой.

Не менее чем квашеную капусту любят у нас и соленые огурцы. Они к месту и в будни, и в праздники, хорошо дополняют мясные и рыбные блюда, используются в салатах, винегретах, супах. В связи с тем, что во многих рецептах, приведенных в этой книге, присутствуют соленые огурцы, мы хотя бы кратко расскажем о способах их приготовления.

Для засола лучше всего отобрать небольшие крепенькие огурчики. Солить их лучше всего сразу же после сбора. Если же огурцы собраны заранее или куплены в магазине, на рынке, то, чтобы они до засола не лежали сухими, их необходимо опустить в

бочонок, наполненный водой со льдом. Это придаст им необходимую крепость.

На дно бочонка положить треть нормы промытой и нарезанной зелени и пряностей. Затем рядами уложить огурцы до половины бочонка, на них — еще треть зелени и пряностей, снова огурцы и сверху — оставшуюся зелень и пряности.

Наполненный бочонок укупорить и через шпунтовые отверстия залить рассол. Первые трое суток выдержать бочонок при комнатной температуре, а затем поместить его в погреб.

Полезно при подготовке бочки для засола огурцов натереть ее изнутри чесноком и окурить чабрецом.

Для засола 10 кг огурцов необходимо 150 г укропа, по 30 г корней и листьев хрена, 20 г чеснока, 6 г свежего стручкового перца, по 50 г листьев петрушки и черной смородины, рассол (на 1 л воды 60–70 г соли).

Вообще-то можно найти очень много самых разных рецептов засолки огурцов, особенно, если полистать старинные кулинарные книги. Например в книге Е. Молоховец «Подарок молодым хозяйкам» в разделе «Запасы из огурцов» приведено 12 способов их засолки.

Приведем некоторые из них, сохранив стиль автора.

Овощные закуски

Огурцы соленые

Дно небольшого бочонка выстлать листьями дубовыми, вишневыми, смородинными, укропом, листьями и струганными кореньями хрена (если не кладется чеснок, который разрезается на четыре части). Потом ставить огурцы на дно стоймя, один после другого, каждый такой ряд огурцов пересыпать горстью каждой вышепоименованной зелени. Наполнив таким образом бочонок, накрыть его тотчас дном, в котором должны быть просверлены 2 небольших отверстия, через одно из них должен выходить воздух, в другое же вставить воронку и влить соленую воду, а именно: на 2 1/2 ведра, т. е. 10 гарнецов воды речной или колодезной, взять 6 стаканов соли и 1 ложку селитры, размешать и сырою залить огурцы, тотчас закупорить и засолить. Эти огурцы хорошо перекладывать маленькими арбузами, которые в таком изобилии в южных губерниях России.

Огурцы, соленые в тыкве

Взять небольшую тыкву, срезать аккуратно верхушку, вычистить всю внутренность, но так, чтобы стенки оставались не тоньше верхушки; тогда укладывать огурцы, перекладывая эстрагоном, майораном, чабрецом или другими травами, какие кто любит; посыпать солью, употребляя на мерку огурцов 1 1/2 фунта соли; когда тыква будет наполнена, накрыть огурцы теми же душистыми травами, а сверху накрыть тыкву срезанною верхушкою, которую аккуратно пришпилить деревянными гвоздиками, толщиною в спичку; положить тыкву или тыквы в бочонок так, чтобы они не опрокинулись, заложить пустоты огурцами, налить холодным рассолом, полагая на ведро воды 1 1/2 фунта соли и положить на каждые 2 ведра соленого рассола 1 ведро отвара дубовой коры, приготовленного следующим образом: на 1 ведро воды кладется сухой дубовой коры 1 фунт, кипятить, пока не выкипит пятая часть, меря ложкою.

Очень популярной русской закуской были и остаются соленые грибы: рыжики, волнушки, грузди, сыроежки, лисички, валуи, опята. А.П. Чехов в рассказе «Сирена» так пишет о соленых рыжиках: «…всего лучше, благодетель, рыжики соленые, ежели их нарезать мелко, как икру, и, понимаете ли, с луком, с прованским маслом… объедение!»

В ядреную осеннюю пору появляются самые лучшие рыжики. Крепкие, они обрызганы в это время росой, а в середине шляпки, в ямочке, собирается немного хрустальной влаги. Именно такие грибы наиболее пригодны для засола.

Любят в России, особенно в ее северных районах, закуски из сельди. А.П. Чехов как-то писал: «Самая лучшая закуска, ежели желаете знать, селедка. Съели вы ее кусочек с луком и горчичным соусом, сейчас же, благодетель мой, пока еще чувствуете в животе искры, кушайте икру саму по себе, или, ежели желаете, с лимончиком». Особенно хороша сельдь с разварным картофелем и растительным маслом.

Вообще же рыбные закуски составляют очень важную часть русской кухни. Они готовятся из соленой, вяленой, копченой рыбы. Рыба входит во многие салаты. Охотно готовят русские хозяйки холодную рыбу под разными соусами, майонезом. Среди старых поваров бытует следующая легенда о происхождении провансаля — майонеза. Будто изобрел его случайно известный французский повар Оливье, живший в Москве. Он объяснял ученику, как сделать горчичную заправку: возьми желтки, разотри их с горчицей, солью и сахаром, добавляй понемногу масла (прованского) и продолжай растирать. Когда вольешь все масло, то добавь уксуса или лимонного сока. Исполнительный ученик все выполнил точно, но когда он принес плоды своего труда повару, тот ахнул: это была не жидкая заправка, а густая, похожая на сметану масса. Все объяснилось просто — повар забыл сказать, что желтки надо взять не сырые, а вареные. Так и получился новый соус. Как бы там ни было в действительности, этот новый соус позволил значительно расширить ассортимент закусок и придать им новый вкус.

Совершенно особую роль в русской кухне занимают различные студни — мясные, рыбные. В народе их называют холодцами. Они готовятся на основе очень крепких бульонов. Мясо или рыбу мелко режут и заливают бульоном, в котором они варились. Бульоны варят настолько крепкими, что при охлаждении они застывают. В состав холодцов всегда входит чеснок, он придает им особый вкус и уменьшает опасность пищевых отравлений.

Студни обычно являются закусками праздничного стола, так как процесс их приготовления довольно длительный. Современные хозяйки варят, как правило, мясные студни. Особенно хороша эта закуска к крепким спиртным напиткам — водкам, настойкам.

К наиболее распространенным мясным закускам относятся также ветчина, сало шпик с хреном, поросята с хреном, отварные

рубцы с чесноком.

Конечно же, все это закуски праздничного стола. В повседневной жизни хозяйки сегодня готовят более прозаические холодные блюда и закуски: винегреты, салаты, подают различные гастрономические продукты (колбаса, сыр, ветчина).

В приведенных ниже рецептах закусок и салатов встречаются различные соусы и заправки. Их приготовление описано в разделе «Заправки к закускам и салатам».

Салаты из овощей и грибов

Эти закуски готовят из сырых и вареных овощей. Без тепловой обработки, как правило, используют зеленый салат, огурцы, помидоры, редис, лук, сельдерей, морковь, белокочанную капусту. Варят картофель, морковь, репу, цветную капусту, зеленый горошек, свеклу.

Из фруктов чаще всего употребляют яблоки, груши, сливы, различные ягоды.

Грибы используют сушеные, свежие и маринованные.

Предлагаем запомнить

Картофель и свеклу для закусок варят или запекают в кожуре, охладив, очищают, нарезают ломтиками или кубиками.

Белокочанную и краснокочанную капусту шинкуют.

Цветную капусту опускают на полчаса в сильно соленую воду, промывают, разбирают на соцветия и отваривают.

Морковь варят в кожуре, погружают в холодную воду, очищают и нарезают кубиками. Сырую морковь натирают на терке.

Черную редьку натирают на терке.

Репчатый лук нарезают кольцами, для смягчения вкуса обдают кипятком.

Сладкий перец нарезают соломкой, квадратиками или кольцами. Зелень шинкуют.

Свежая капуста с луком

500–600 г капусты, 2–3 столовые ложки зеленого лука, 1/4 ст. 3 %-ного уксуса, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка сахара, соль по вкусу.

Капусту мелко нашинковать, сложить в широкую кастрюлю, влить уксус, посолить и нагревать (помешивая) до тех пор, пока она не осядет и не приобретет матовый цвет.

После этого ее быстро охладить, добавить растительное масло, сахар и хорошо перемешать. При подаче капусту обсыпать зеленым луком. Этот салат будет вкуснее, если добавить в него свежие, маринованные или моченые мелко нарезанные яблоки и сливы или вишню, виноград, клюкву.

Квашеная капуста с клюквой

500 г кислой капусты, по 2 столовые ложки зеленого лука и клюквы, 1 яблоко, 1 столовая ложка сахара, 2–3 столовые ложки растительного масла.

Квашеную капусту смешать с клюквой, ломтиками яблока, зеленым луком, сахаром и заправить растительным маслом.

Вместо яблок можно добавить моченые или маринованные фрукты.

Закусочные голубцы

1 кочан капусты, 5–7 морковок, 1 горсть очищенных долек чеснока, соль.

Капусту опустить в кастрюлю с кипящей соленой водой и дважды дать воде закипеть с перерывом в 10 мин.

Вынуть кочан из воды и аккуратно разобрать его на листья.

Морковь натереть на крупной терке, смешать с мелко нарубленным чесноком и завернуть в капустные листья в виде колбасок.

Сложить голубцы в глубокую посуду, залить кипящим рассолом (1 столовая ложка соли на 1 л воды) так, чтобы жидкость их только прикрыла. Через 2 дня закуска готова.

Квашеная капуста с орехами

350–500 г белокочанной квашеной капусты, 3–4 столовые ложки толченых грецких орехов, 1 чайная ложка сухих сунели, 2–4 дольки чеснока, зелень петрушки или укропа.

Капусту, квашенную целыми кочанами или дольками, отжать, мелко нарубить, смешать с грецкими орехами, растертыми с солью и чесноком. Добавить сухие сунели, отжатый капустный сок, мелко нарезанный укроп и перемешать.

Тертая редька с луком

3–4 средних размеров редьки, 3–4 столовые ложки растительного масла, репчатый или зеленый лук, соль по вкусу.

На терке с крупными отверстиями натереть редьку и смешать с нашинкованным луком, растительным маслом, солью. Выложить редьку в салатник и украсить зеленью. При этом часть редьки можно заменить морковью, а вместо растительного масла использовать сметану.

Редька с сухариками

1–2 редьки, 1/3 ст. кислого кваса или 2–3 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 2 столовые ложки растительного масла, 4 ломтика ржаного хлеба, соль по вкусу.

Ржаной хлеб без корки нарезать кубиками. В сковороду вылить растительное масло, хорошо его посолить и обжарить на нем хлеб. Редьку натереть на мелкой терке, заправить квасом или уксусом, уложить горкой в салатник и посыпать зеленым луком. По краям разложить обжаренный хлеб.

Лук репчатый с творогом

2–3 головки репчатого лука (сладких сортов), 1/2 ст. пастеризованного творога, 1/2 ст. простокваши, соль по вкусу.

Репчатый лук мелко нарубить, смешать с творогом, простоквашей, солью. Все это выложить в салатник и обсыпать зеленью.

Помидоры, фаршированные грибами

4 средних размеров помидора, 80-100 г соленых или маринованных грибов, 2 столовые ложки сметаны или майонеза, зеленый лук, укроп, соль по вкусу.

У спелых помидоров удалить плодоножки, срезать верхнюю часть. Крышечки не выбрасывать, так как они пригодятся. Чайной ложкой аккуратно выбрать из помидоров мякоть и насыпать в полученное углубление немного соли и перца. Грибы, лук, укроп мелко нашинковать, посолить и заправить сметаной или майонезом. Нафаршировать этой смесью помидоры, сверху прикрыть их срезанными крышечками. Таким же способом фаршируют помидоры рубленой сельдью, яйцами, луком и прочими продуктами.

Малосольные огурчики

1 кг мелких огурчиков, 3–4 листа черной смородины, пучок стеблей укропа, 4–5 долек чеснока, тертый хрен по вкусу, соль (50 г на 1 л воды).

Выдержанные в течение нескольких часов в ледяной воде огурчики хорошо промыть, удалить плодоножки, проколоть вилкой и сложить в неокисляющуюся посуду, пересыпая тертым хреном, резаным чесноком и перекладывая стеблями укропа и листьями смородины. Залить огурчики горячим солевым раствором и оставить на сутки. Эти огурчики особенно вкусны, если их подать к разваренному картофелю.

Соленые огурцы по-крестьянски

3–4 соленых огурца, 1 головка репчатого лука, растительное масло, укроп или петрушка, перец по вкусу.

Соленые огурцы очистить от семян и кожицы, мелко нарубить и слегка отжать. Добавить к огурцам мелко нарезанный репчатый лук, зелень укропа или петрушки, молотый перец и заправить растительным маслом.

Соленые фаршированные огурцы

4 огурца, 200 г филе судака или трески, ломтик пшеничного хлеба, 30 г сливочного масла, 2 столовые ложки молока, 1 небольшая луковица, 2–3 дольки чеснока, по 1 столовой ложке растительного масла, пшеничной муки, томатной пасты, зелень, соль по вкусу.

Приготовить фарш: вареное филе рыбы пропустить через мясорубку, смешать с размоченным в молоке хлебом, добавить соль, перец и снова пропустить через мясорубку. Затем добавить сливочное масло и хорошо перемешать. Соленые огурцы разрезать вдоль, удалить семена, наполнить рыбным фаршем и половинки сложить, придав вид целого огурца. Приготовить соус: лук мелко нашинковать, поджарить на растительном масле, добавить томатную пасту и, помешивая, хорошо прогреть. После этого в сковороду положить обжаренную муку, рубленый чеснок, лавровый лист, перец, влить 1/2 ст. бульона, в котором варилась рыба, и прокипятить 5-10 мин. Фаршированные огурцы уложить в широкую кастрюлю, залить соусом, накрыть крышкой и тушить 5-10 мин. Затем снять с огня и остудить. Перед подачей огурцы посыпать зеленью.

Фаршированные свежие огурцы

3–4 свежих огурца, 1–2 помидора, 100–150 г свежей капусты, 1/2 ст. сметаны, 1 сваренное вкрутую яйцо, соль по вкусу, зелень петрушки или укропа.

Огурцы очистить от кожицы, разрезать вдоль и чайной ложкой удалить сердцевину. Яйца, свежую капусту, сердцевину огурцов, помидоры, зелень мелко порубить, заправить сметаной с солью и перемешать. Этой массой нафаршировать половинки огурцов. Украсить их помидорами, яйцами, зеленью.

Свежие огурцы с уксусной заправкой

4 огурца средней величины, 1 столовая ложка прованского или растительного масла, 1/2 ст. 3 %-ного уксуса, соль, перец по вкусу.

Огурцы очистить от кожицы, нарезать тонкими ломтиками, залить уксусом и дать настояться под крышкой в течение 30 мин. Затем добавить масло, соль, перец, огурцы осторожно перемешать и подавать на стол.

Репа печеная

3–4 среднего размера репы, 1 луковица, 1/2 ст. сметаны, зелень, соль и перец по вкусу.

Репу очистить от кожицы, положить на сковороду, залить половиной стакана воды и запечь в духовке до мягкости. Охлажденную репу нарезать тонкими ломтиками, добавить мелко шинкованный лук, соль, перец, полить сметаной и посыпать зеленью укропа или петрушки.

Репа сырая

2–3 среднего размера репы, 1 морковь, 1 яблоко, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, 3 столовые ложки растительного масла, зеленый лук, соль, перец по вкусу.

Репу и морковь мелко нашинковать или натереть на терке, добавить измельченный зеленый лук, соль, перец. Масло смешать с уксусом и этой смесью заправить овощи. Чтобы яблоки не темнели, их необходимо смочить уксусом или лимонной кислотой.

Грибы по-селянски

200–250 г соленых грибов, 1 луковица, 2–3 ложки растительного масла, зелень.

Соленые грибы нарезать дольками или ломтиками и смешать их с шинкованным репчатым луком. Все заправить растительным маслом, положить в салатник и посыпать зеленью.

Вместо масла грибы можно заправить сметаной.

Грибы с квашеной капустой

200–250 г соленых грибов, 150–200 г рубленой квашеной капусты, 1 небольшая луковица, зелень, сахар и перец по вкусу.

Грибы нарезать, смешать с квашеной капустой, шинкованным луком, сахаром, перцем и заправить растительным маслом.

Грибы заливные

100–150 г соленых грибов, 2 чайные ложки желатина, 1 ст. воды. Гарнир: 1 вареная морковь, 1 соленый огурец, 1 вареная картофелина, 2 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, зелень.

Приготовить желе: в воду добавить 2–3 столовые ложки отжатого от грибов рассола, вскипятить, добавить замоченный в воде желатин, растворить его, жидкость процедить. В формочки (любые) налить тонкий слой желе; после того, как оно застынет, положить мелко шинкованные грибы, кружки фигурно вырезанной моркови и залить желе. Поставить формочки на холод. Формочки с застывшим заливным опустить дном на несколько секунд в горячую воду и путем опрокидывания выложить заливное на блюдо. По ободу блюда красиво выложить гарнир из оставшихся овощей и посыпать зеленью.

Русский разносол

Отварной картофель, квашеная капуста, соленые огурцы, соленые грибы, соленые помидоры, маринованный лук, отварная морковь, зелень (можно по желанию дополнить блюдо и другими соленьями и маринованными овощами и фруктами).

Картофель и морковь нарезать кружками, соленые огурцы дольками и кружками, крупные грибы разрезать пополам, помидоры класть целиком, лук нарезать кольцами.

Все продукты красиво выложить на блюдо, окропить растительным маслом, украсить зеленью.

Икра свекольная

3–4 средние запеченые (или вареные) свеклы, 1 соленый огурец, 3–4 дольки чеснока, 1–2 ложки растительного масла, уксус, соль, перец по вкусу.

Огурец и свеклу очистить от кожицы, репчатый лук слегка обжарить на растительном масле. Чеснок очистить.

Все овощи перемешать и пропустить через мясорубку, заправить солью, перцем, растительным маслом, хорошо перемешать.

Из рыбы

Сельдь с гарниром

1 средних размеров сельдь, 2 столовые ложки растительного масла. Для гарнира: 1 отварная картофелина, отварная морковь, отварная свекла, свежий огурец, помидор, луковица, 2 вареных яйца, зеленый лук, маслины, листья салата, веточка зелени.

Если сельдь крепкого посола, ее следует предварительно вымочить в молоке. Затем удалить кожу и кости, разрезать вдоль и каждую половину мякоти нарезать наискосок тонкими ломтиками.

Для гарнира: картофель, морковь и свеклу нарезать мелкими кубиками, огурцы — кружками, лук репчатый — кольцами, зеленый лук измельчить, сваренные вкрутую яйца разрезать на 4 части.

На селедочницу или тарелку уложить продолговатой горкой часть овощного гарнира, а на него поместить нарезанную сельдь (с головой и хвостом), придав ей форму целой рыбы. Вокруг сельди красиво уложить оставшийся гарнир, полить растительным маслом. При этом надо следить, чтобы края селедочницы не были закрыты гарниром, а сельдь находилась на возвышении. Украсить блюдо листьями салата, зеленью.

Сельдь с картофелем вразварку

1 средних размеров сельдь, 5–7 клубней молодого картофеля, сливочное масло, зелень петрушки.

Сельдь отделить от кожи и костей, нарезать на 8-10 кусочков и с головой и хвостом уложить на селедочницу, придав вид целой рыбы. Украсить зеленью петрушки. Картофель очистить, отварить и подать отдельно к сельди. На розетке подать красиво оформленное сливочное масло.

Сельдь рубленая с гарниром

2 сельди, 1 ломтик пшеничного хлеба, 1/2 луковицы, 1 столовая ложка сливочного масла, 1/2 чайной ложки 3 %-ного уксуса, сахар по вкусу.

Для гарнира: *3 сваренных вкрутую яйца, зеленый лук, 2 свежих огурца, 1 помидор, 50 г сливочного масла, зелень петрушки, 1 яблоко.*

Приготовить рубленую сельдь: хлеб замочить выводе на 2–3 мин и вместе с филе сельди (без костей) и репчатым луком пропустить через мясорубку. В фарш добавить сливочное масло, сахар, уксус и хорошо перемешать.

Приготовить гарнир: огурцы и помидоры нарезать кружочками, белки яиц отделить от желтков и мелко нарубить, желтки растереть и смешать с измельченным зеленым луком. Из яблок удалить сердцевину и нарезать полукружками.

Рубленую сельдь (вместе с хвостом и головой) уложить на блюдо, придав ей форму целой сельди. В виде хребтовых плавников разместить на сельди ломтики яблок. Гарнир красиво уложить вокруг сельди, украсить зеленью и маслом.

Сельдь со свежими огурцами

Очищенную от кожи и костей сельдь разрезать на кусочки и красиво (кусочек к кусочку) уложить в селедочницу. Между кусочками сельди вставить ломтики свежих огурцов. Кроме того, огурцами выложить обод селедочницы. Сельдь и огурцы аккуратно облить сметаной (растительным маслом) и обсыпать укропом.

Фаршированный батон

1 банка рыбных консервов в масле, 2–3 вареных яйца, 1 небольшая луковица, 100 г сливочного масла, 1 батон пшеничного хлеба, зелень петрушки, укропа, перец черный молотый.

Батон пшеничного хлеба обрезать с обеих сторон, вынуть мякиш, чтобы получилась трубка. Смешать хлебный мякиш с рыбными консервами (натуральными или с добавлением масла), измельченными яйцами, пассерованным луком, размягченным сливочным маслом, мелко нарезанной зеленью, перцем. Полученной массой очень плотно начинить батон и положить его в холодильник на 1–2 часа. Перед подачей батон нарезать ломтиками и на каждый из них положить веточку петрушки или укропа.

Рыба под маринадом

800 г рыбы, 2 столовые ложки пшеничной муки, 3 столовые ложки растительного масла, соль, перец. Для маринада: 3–4 моркови, 1 корень петрушки, 3 луковицы, 1 ст. томата-пюре, 4 столовые ложки растительного масла, лавровый лист, гвоздика, корица, мускатный орех, перец горошком, сахар, соль, уксус (по

вкусу), 2 ст. воды или рыбного бульона.

Под маринадом можно готовить любую рыбу. Очищенную и промытую тушку рыбы или рыбное филе нарезать на куски, посолить, поперчить, запанировать в муке и обжарить в растительном масле до готовности.

Приготовить маринад: овощи нарезать тонкой соломкой, обжарить в растительном масле, добавить томат-пюре и продолжать обжаривать до тех пор, пока масло не примет окраску томата. После этого в обжаренные овощи влить горячий бульон или воду, довести до кипения, заправить сахаром, солью, уксусом, специями и кипятить 10–15 мин. По желанию в маринад можно добавить растертый чеснок.

Готовую рыбу залить маринадом и поставить на 4–5 часов в прохладное место.

Рыба под маринадом

300–350 г филе отварной рыбы (осетр, севрюга, морской окунь, треска, сом, хек и др.), 1 ст. майонеза, 3 столовые ложки заправки для салатов, овощной гарнир.

Часть гарнира заправить майонезом и выложить на овальное блюдо. Сверху на гарнир выложить куски рыбы. Вокруг рыбы разложить оставшийся гарнир, соблюдая цветовое сочетание продуктов. Рыбу полить майонезом, а гарнир — салатной заправкой.

Рыбный студень

500 г головизны осетровых рыб или судака, налима, щуки, стерляди и т. п. или 500 г рыбной мелочи, 1 столовая ложка желатина, 1 луковица, 1 морковь, зелень, соль, перец, лавровый лист по вкусу, 100 г готового, хрена.

Из рыбных голов или рыбной мелочи сварить бульон (на 500 г рыбы 0,5 л воды). Готовый бульон процедить и еще раз вскипятить. Проверить его на застывание. Очень крепкий бульон застывает при охлаждении; если же этого не происходит, добавить желатин. Для этого его следует замочить в воде до полного разбухания, добавить в бульон и довести до кипения, но не кипятить.

В стеклянные салатники или вазы разложить мякоть из головизны рыбы (если студень варился из рыбной мелочи, то в салатник кладут кусочки рыбы). Затем красиво уложить фигурно нарезанную морковь, зелень и залить бульоном. Дать студню застыть на холоде. Отдельно к студню подать хрен и квас.

Рыба заливная

300–400 г отварного филе рыбы, 600 г рыбного желе, 500 г гарнира. Для желе: 1 кг рыбных отходов или мелочи, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, 2–3 сырых яичных белка, лавровый лист. Для гарнира: 2–3 картофелины, 2–3 моркови, зеленый лук.

Рыбу (судака, осетрину, щуку, налима и т. п.) очистить от чешуи, срезать плавники, удалить головы, выпотрошить и хорошо промыть. Тушку разрезать вдоль на 2 половины, срезать кости, филе нарезать на куски. Из голов рыб удалить жабры и глаза. Промытую чешую, кости, плавники и головы, т. е. рыбные отходы, залить четырьмя стаканами холодной воды и варить час-полтора. Полученный бульон процедить, залить им куски рыбы, добавить лавровый лист, перец, лук, морковь и варить до готовности рыбы. Рыбу вынуть и оставить охлаждаться, а концентрированный бульон осветлить оттяжкой из яичных белков. Для оттяжки яичные белки растереть с небольшим количеством воды или холодного бульона. В охлажденный бульон добавить оттяжку, соль, перец, лавровый лист, петрушку, уксус, довести до кипения и, уменьшив огонь, выдержать 15–20 мин. После чего бульон процедить через ткань. Такой бульон после застывания даст прозрачное желе.

Сваренные куски рыбы уложить в форму и украсить зеленью, тонкими ломтиками лимона (без цедры и семян), звездочками из вареной моркови. Для этого украшения нужно обмакнуть в незастывшее желе, положить на рыбу и выдержать на холоде до тех пор, пока желе не застынет. После чего на форму с рыбой осторожно налить такой слой желе, чтобы он покрыл куски рыбы. Форму поставить на холод. Когда заливное застынет, нарезать его на порции (лучше фигурным ножом), уложить на тарелки и гарнировать.

Из мяса

Ветчина, запеченная в фольге

1,5–2 кг мякоти свинины, 100 г шпика, 3–4 моркови, соль, черный молотый перец, толченый лавровый лист по вкусу, фольга для кулинарных целей.

Кусок свинины обмыть и обсушить кухонной салфеткой. Шпик и морковь нарезать длинной соломкой. Острым концом ножа сделать в мясе глубокие прорези и нашпиговать его морковью и салом. Затем натереть мясо солью, перцем и лавровым листом. Подготовленный таким образом кусок завернуть в несколько слоев фольги, уложить на противень и запечь в духовке. Первые 10 мин жар в духовке должен быть сильный, а затем ниже среднего.

Готовность мяса можно определить, проткнув фольгу тонкой деревянной палочкой (поварской иглой). Если палочка входит в мясо без особого сопротивления, ветчина готова.

Вынуть ее из духовки и, когда остынет, удалить фольгу. Мясо нарезать тонкими ломтиками по мере надобности.

Рубцы в горчичной заправке

300–350 г вареных рубцов, 1 средняя луковица,? ст. горчичной заправки.

Сварить рубцы, немного охладить и нарезать лапшой. Затем добавить шинкованный репчатый лук и залить горчичной заправкой. Подавать в салатнике, украсив листьями салата и зеленью.

Мясо заливное

500–600 г говядины, 2 столовые ложки желатина, 5–6 сырых яиц, 1 луковица, 1 морковь, белые коренья.

Для гарнира: разные овощи, салат, зеленый лук, соленые огурцы, свежие помидоры, хрен, сметана.

Крупные куски говядины посыпать солью, перцем и обжарить на сковороде с жиром, луком, морковью и белыми кореньями. Положить мясо в кастрюлю, подлить 3 ст. бульона или воды и тушить под крышкой на слабом огне. В конце тушения добавить лавровый лист, перец, гвоздику.

Когда мясо станет мягким, охладить его, нарезать поперек

волокон на тонкие ломтики. Оставшийся после тушения мясной сок процедить. Часть бульона отлить в чашку, высыпать в нее желатин и оставить для набухания. Когда желатин хорошо набухнет, соединить его с бульоном и хорошо прогреть (но не кипятить) до полного растворения желатина.

Приготовить оттяжку для осветления желе. Для этого в сырой мясной фарш добавить соль, воду (ее количество должно быть в 1,5 раза больше фарша) и дать настояться около часа. Затем смесь размешать с сырыми яичными белками.

В немного остывший мясной сок с желатином добавить оттяжку и хорошо размешать. Затем довести до кипения и, уменьшив нагрев (не перемешивая), выдержать около часа. Когда оттяжка осядет на дно, процедить сок через ткань.

В глубокие тарелки или салатники налить тонкий слой незастывшего желе и охладить. На застывшее желе уложить украшения: ломтики вареных яиц, звездочки и кружочки из вареной моркови, веточки петрушки. Сверху уложить ломтики вареного мяса, залить его желе и оставить на холоде для застывания. Когда желе застынет, посуду с заливным на 2–3 сек опустить в горячую воду (так, чтобы вода не переливалась через край посуды) и затем, опрокинув посуду, выложить заливное на тарелку. Вокруг заливного уложить гарнир из соленых огурцов, вареных овощей, маслин, зелени.

Заливное можно приготовить также из языка и телятины.

Говядина жареная

400–500 г говядины, 2–3 столовые ложки говяжьего жира, 5–8 долек чеснока, овощи для гарнира, соль, перец по вкусу.

Крупные куски говядины посолить, поперчить, натереть чесноком и обжарить на сковороде в жире. Обжаренное мясо довести до готовности в духовке, охладить и нарезать тонкими ломтиками. Красиво выложить ломтики мяса на тарелке, украсить стружкой из свежего хрена, кружочками соленых огурцов, маринованными сливами, зеленью.

Поросенок отварной

Поросенок (3–3,5 кг), 1/2 ст. лимонного сока, соль, коренья, лавровый лист, соус хрена со сметаной, овощи для гарнира.

Обработанную тушку поросенка хорошо промыть, завернуть в марлю или салфетку, перевязать шпагатом, уложить в продолговатую (лучше чугунную) посуду брюшком вниз, залить холодной водой, добавить лимонный сок и поставить посуду на

сильный огонь. После закипания бульона убавить огонь до среднего и варить без кипения около 2 часов. Время варки зависит от размера поросенка. За 30 мин до окончания варки добавить соль, коренья.

Отварного поросенка вынуть из бульона, положить в холодную кипяченую подсоленную воду и охладить. С охлажденного поросенка снять марлю. Тушку обсушить полотенцем. Отрубить у поросенка голову, сделать надрез по хребту и расчленить ее на 2 половинки, вырубить позвоночник. Каждую половинку поросенка разрезать на порционные куски. Выложить куски на блюдо, рядом красиво уложить овощной гарнир. Отдельно подать соус из хрена.

Готовность поросенка при варке определяют проколом поварской иглой (ножом) у шейки и окорочков. Выделяющийся из готового поросенка сок должен быть бесцветным.

Поросенок праздничный

В этом рецепте мы сознательно не указываем количество продуктов, так как все зависит от массы поросенка и вашей фантазии.

Подготовленную тушку поросенка тщательно промыть. Ножки обрубить по коленный сустав.

Чтобы во время варки тушка не деформировалась, внутрь ее вставить поварскую иглу или деревянную палочку так, чтобы она упиралась в тазовую кость и голову. Брюшко заполнить сырой шинкованной морковью. Разрез зашить нитками. Тушку натереть лимоном и варить в подсоленной воде при очень слабом кипении 2,5–3 час. Затем охладить в том же бульоне.

Отваренного поросенка освободить от распорки и моркови, отрубить голову и вырубить позвоночник. Половинки тушки нарубить поперек на равные части.

Из отваренного рассыпчатого риса сделать постамент по размеру блюда, на постамент положить пергамент. Бока постамента обровнять и украсить отварными овощами, картофельным салатом.

Из головы поросенка удалить мозги, вместо глаз вставить маслины. Уложить голову и куски поросенка на постамент, придав им форму целой тушки. Аккуратно залить поросенка светлым желе, приготовленным из бульона, в котором варился поросенок.

Техника приготовления желе примерно та же, что описана в рецепте «Мясо заливное». Вокруг уложить фигурки из вареных овощей, зелень салата, петрушки, залитые в формочках зеленый

горошек и морковь.

Студень (холодец)

2 кг мясных субпродуктов, 2–3 моркови, 2 луковицы, коренья петрушки, лавровый лист, перец горошком, соль по вкусу, 1 головка чеснока, хрен с уксусом, горчица.

Говяжьи ножки (губы, уши, хвосты) промыть, разрубить на куски, положить в большую кастрюлю и залить 4 л холодной воды. Кастрюлю поставить на огонь, воду довести до кипения, снять накипь и варить субпродукты 4–5 час при медленном кипении, периодически снимая жир и накипь. В конце варки добавить морковь, лавровый лист, перец, лук, петрушку и соль.

Когда бульон станет клейким, вынуть из него субпродукты и процедить. Мякоть отделить от костей, положить в процеженный бульон и варить еще 20–30 мин. Затем добавит мелко нарубленный чеснок, посолить по вкусу и разлить бульон по тарелкам. Разложить в тарелки мясо и поставить на холод для застывания.

Застывший студень нарезать на порции, подать к нему хрен с уксусом, горчицу.

«Капустный еж»

Если вы хотите удивить гостей оригинальной подачей закуски, приготовьте «Капустного ежа».

На мелкую тарелку или блюдо положить срезом вниз половинку капустного кочана. По краям блюда красиво уложить гарнир — петрушку, салат, другие овощи, нарезанные соломкой или кубиками.

На деревянные или пластмассовые палочки наколоть различные закуски: кусочки вареного мяса, колбасы, рыбы, кубики сыра, яблоки и др. Эти палочки и станут иголками «ежа».

Из птицы

Филе птицы под майонезом

200 г отварного филе птицы или дичи, 2 картофелины, 1 морковка, 1 соленый огурец, 3 столовые ложки зеленого консервированного горошка, 1/3 ст. соуса майонеза.

У отварных тушек птицы или дичи осторожно снять филе и зачистить его от кожи. Картофель, морковь отварить, нарезать мелкими кубиками, соленый огурец нарезать также мелкими кубиками. Подготовленные овощи и зеленый горошек перемешать. Половину овощей заправить частью майонеза и уложить горкой на блюдо. Сверху выложить филе птицы, которое залить майонезом. Оставшиеся овощи, нарезанные кубиками, красиво разложить рядом с филе. Можно подавать филе с салатом из капусты и свежими огурцами или помидорами.

Рулетики с яйцом

800 г мякоти индейки, 2 столовые ложки растительного масла, 3 яйца,? ст. молока, соль, перец по вкусу.

Куски мякоти индейки (с кожей) слегка отбить, придав им форму лепешки, посолить, поперчить, облить растительным маслом и выдержать в холодильнике 8-10 час.

Сырые яйца смешать с молоком и зажарить на сковороде со сливочным маслом. Омлет нарезать на куски и уложить их на филе индейки. Филе завернуть в плотные трубочки, перевязать шпагатом, уложить в неглубокую кастрюлю (поплотнее) и залить бульоном. Кастрюлю поставить на огонь и варить рулетики при слабом кипении в течение 1,5–2 час.

Когда рулетики сварятся, их следует охладить, не вынимая из бульона. Затем поместить под пресс и оставить в холодильнике на 2–3 час.

Готовые рулетики нарезать кусочками, уложить на блюдо, рядом разместить гарнир из овощей и фруктов.

Сыр из птицы

100 г мякоти птицы, 60 г тертого сыра, 50 г сливочного масла, 1 столовая ложка красного вина типа «Мадера», 3–4 столовые ложки белого соуса, соль, перец, мускатный орех по вкусу.

Подготовленных кур (тетеревов, глухарей, куропаток) обжарить, отделить мякоть и пропустить ее через мясорубку с частой решеткой два раза. В фарш добавить белый соус, тертый сыр и все хорошо перемешать. Затем добавить размягченное сливочное масло, несколько столовых ложек бульона и взбить фарш до получения пышной однородной массы. Массу протереть через сито, добавить вино, соль, перец и тертый мускатный орех.

В качестве самостоятельной закуски этот сыр подают в корзиночках из теста Он хорош и для завтрака, если намазать его на ломтики хлеба.

Курица фаршированная

Тушка курицы (1–1,5 кг), 400–500 г нежирной свинины, 150–200 г шпика, столько же отварного языка, 5–6 яиц, 3–4 ст. молока, овощи для гарнира, хрен со сметаной, желе из куриного бульона, соль, специи, белые коренья по вкусу.

Курицу опалить, промыть и, не потроша, снять с нее кожу вместе с мякотью Для этого по спинке тушки сделать разрез, начиная от середины шеи, и, подрезая мякоть ножом по кости, снять ее целиком. Из ножек удалить кости. Снятую мякоть с кожей положить на стол (кожей вниз), удалить сухожилия и срезать филе, которое отбить тяпкой и равномерно уложить по всей площади кожи.

Приготовить фарш: свиной шпик, мякоть нежирной свинины и обрезки мякоти курицы пропустить через мясорубку, все хорошо перемешать, добавляя яйца, молоко, соль, перец, мускатный орех. В готовый фарш добавить нарезанные кубиками вареный язык и шпик. Уложить на филе слой фарша. Им же заполнить ножки курицы. Фаршированную тушку зашить, завернуть в салфетку, завязать ее с двух сторон шпагатом, положить в подсоленную кипящую воду, добавить специи, коренья и варить при слабом кипении до готовности (2–3 час). Готовую курицу вынуть из бульона, развернуть, слегка остудить, снова завернуть и положить под легкий пресс. Охлажденную курицу развернуть, освободить от ниток и нарезать поперек кусками. Уложить куски на блюдо, вокруг разместить гарнир из соленых огурцов, маринованных слив и пр. Сверху посыпать зеленью, желе или залить подостывшим желе. Отдельно подать хрен со сметаной или майонез с рублеными корнишонами. Можно обойтись и без желе.

Куриные хлебцы

350 г мякоти курицы, 50 г нежирной свинины, 2 ломтика черствого пшеничного хлеба, 1/2 ст. молока, 1 яйцо, соль, перец по

вкусу.

У подготовленной тушки курицы отделить мякоть вместе с кожей и жиром и пропустить дважды через мясорубку. Можно добавить нежирную свинину или телятину. В измельченную массу положить замоченный в молоке хлеб без корок, сырое яйцо, соль, молотый перец. Все перемешать и еще раз пропустить через мясорубку. Затем смесь хорошо взбить лопаткой и положить в смазанную маргарином алюминиевую формочку. Поверхность разровнять и накрыть промасленной бумагой или фольгой. Поставить формочку в нагретую до 160–170 °С духовку примерно на 1 час. Готовому хлебцу дать постоять в формочке 15–20 мин, затем вынуть, охладить и нарезать ломтиками. Уложить ломтики на блюдо и оформить свежими или солеными огурцами, зеленым консервированным горошком или другими овощами. Отдельно подают майонез. Хлебцы можно подавать и как второе горячее блюдо с припущенной морковью, зеленым горошком. В этом случае при подаче их следует полить растопленным сливочным маслом.

Жульен из птицы

300 г филе жареной птицы, 100 г жареных грибов, 80 г сливочного масла, 2 ст. сметанного соуса, 40 г тертого сыра.

Подготовленное филе птицы или дичи слегка обжарить и нашинковать соломкой. Грибы перебрать, промыть, отварить до полуготовности, затем обжарить и нашинковать соломкой. Птицу и грибы смешать, заправить сметанным соусом и прогреть при слабом кипении 4–5 мин. Металлические порционные кастрюльки (кокотницы) смазать сливочным маслом и заполнить приготовленной массой. Сверху горкой насыпать тертый сыр. Поставить кокотницы в сильно разогретую духовку и запечь до образования румяной корочки. Чтобы жульен не пригорел, кокотницы ставят на противень с горячей водой (слой 0,5 см). Подают кокотницы горячими по одной или две на порцию. Их ставят на тарелку с бумажной салфеткой, а на ручку кокотницы надевают также бумажную папильотку.

Из творога и яиц

Творог со свежей зеленью

200 г творога, пучок петрушки или листьев салата, 1 столовая ложка сахара,? ст. сметаны

Зелень хорошо промыть, обсушить и мелко нарезать. Творог протереть через сито или пропустить через мясорубку. Все компоненты хорошо перемешать, при подаче полить сметаной.

Творог с орехами и чесноком

200 г творога, 1 столовая ложка сливочного масла, 2–3 столовые ложки ядер грецких орехов, 3–4 дольки чеснока, молотый перец по вкусу.

Грецкие орехи истолочь, чеснок растереть с солью. В творог добавить сливочное масло, чеснок, орехи, молотый перец и хорошо перемешать.

При подаче посыпать нарезанной зеленью.

К этой закуске можно подать подсушенные в духовке ломтики пшеничного хлеба.

Творожные шарики

200 г творога, 50 г сливочного масла, по 2–3 столовые ложки тертого сыра и толченых сухарей из черствого ржаного хлеба, соль, перец красный молотый по вкусу.

Творог протереть через сито или пропустить через мясорубку, размешать с маслом, тертым сыром, солью, перцем. Из полученной массы скатать шарики величиной с грецкий орех и обвалять их в сухарях из ржаного хлеба.

Творог с копченой сельдью

200 г творога, 100 г копченой сельди, 1/2 ст. сметаны, 1 столовая ложка томата-пюре, 1 чайная ложка горчицы, 1/2 луковицы, 1 свежий помидор, зелень петрушки или укропа.

Творог протереть, из сельди удалить кости и кожу, мелко изрубить. Репчатый лук нашинковать и обжарить с томатом-пюре. Творог смешать с сельдью, пассерованным луком, горчицей. Выложить творог в салатник и украсить кружками помидора и зеленью.

Эту закуску хорошо подать к горячему отварному картофелю.

Творог с помидорами

250 г творога, 50 г сливочного масла, 2–3 свежих помидора,? луковицы, соль по вкусу.

Творог протереть. Помидоры обдать кипятком, отделить кожицу и протереть через сито, лук мелко нарезать. Сливочное масло растереть добела, смешать с помидорами, луком, творогом, солью. Массу выложить в салатник, украсить сливочным маслом, помидорами.

Этой массой хорошо фаршировать помидоры.

Груши, фаршированные творогом

7-10 груш, 1/2 ст. лимонного сока, 250 г творога, зеленый салат. Для соуса: 1/2 ст. растительного масла, 1 чайная ложка горчицы, 1 столовая ложка уксуса, 1 столовая ложка кетчупа, 2 яйца, зелень, перец, соль.

Груши разрезать пополам, удалить сердцевину и облить лимонным соком.

Приготовить соус: растительное масло растереть с горчицей и уксусом, добавить кетчуп, перец, соль, сваренные измельченные яйца, мелко нарезанную зелень петрушки и все перемешать. Подготовленные половинки груш заполнить творогом, выложить на блюдо, украшенное листьями салата, полить соусом.

Икра из творога с помидорами

200 г творога, 2–3 помидора, 1 луковица, 1/2 ст. растительного масла, черный молотый перец, соль по вкусу.

Творог протереть. Помидоры очистить от кожуры и мелко изрубить, лук мелко нашинковать. Все перемешать, добавив перец. Помешивая массу, влить в нее (постепенно) растительное масло. Икру выложить на тарелку, украсить дольками вареных яиц, маслинами, вареной морковью, солеными огурцами.

«Матрешки»

5–6 сваренных вкрутую яиц, 4–5 сухих грибов, 50 г ветчины, 2–3 стручка красного сладкого перца (или лист маринованной со свеклой белокочанной капусты), соль, перец по вкусу.

Обрезать яйца с тупого конца и вынуть из них желтки. Натереть желтки на мелкой терке.

Приготовить фарш: размоченные, а затем отваренные и измельченные грибы обжарить на сливочном масле вместе с мелко нарубленной ветчиной, добавив соль и перец по вкусу. Большую часть желтка смешать с готовым фаршем, меньшую часть оставить для украшения салата. Нафаршировать яйца. Из оставшейся части желтка сделать волосы у матрешки. Из перца или капустного листа вырезать косынки и «повязать» их матрешкам. Из черной икры можно сделать у матрешек глазки и носик. Для закрепления волос лучше использовать желе.

«Грибки»

5–6 сваренных вкрутую яиц, 4–5 сухих грибов, 50 г ветчины, 2–3 свежих (небольших) помидора, соль, перец по вкусу.

Нафаршировать яйца, как и для «Матрешки». Из помидоров нарезать шляпки грибов и укрепить их на яйца. Сверху на шляпки нанести точки из майонеза с желе. Расставить грибки на тарелке, вокруг посыпать зелень, которая будет имитировать траву.

Салаты, соусы, заправки

Салат «Здоровье»

2 сырые моркови, 2 свежих огурца, 2 яблока, 2 помидора, 100 г зеленого салата, 1/2 ст. сметаны, 1/4 лимона, соль по вкусу, зелень петрушки

Огурцы, морковь, яблоки нарезать тонкой соломкой, часть зеленого салата нарезать полосками. Все перемешать, посолить, добавить сок лимона, зелень петрушки, заправить сметаной. В салатник красиво уложить листья салата, на них выложить подготовленный салат, украсить его зеленью петрушки и ломтиками помидора.

Салат из редьки с простоквашей

800 г редьки, 1 ст. простокваши, соль, перец черный молотый по вкусу, зелень петрушки.

Редьку натереть на крупной терке, посолить, поперчить, заправить простоквашей, посыпать зеленью петрушки или зеленым луком.

Зеленый салат

500 г зеленого салата, 2 пучка редиса, 2–3 свежих огурца, 100 г зеленого лука, 1 ст. сметаны, соль по вкусу.

Нарезать листья салата полосками, лук измельчить, огурцы и редис нарезать кружочками. Все перемешать, посолить, заправить сметаной, посыпать зеленью.

Салат «Дачный»

2 помидора, 2 свежих огурца, 1 яблоко, 1/2 ст. сметаны, листья зеленого салата, зелень укропа, петрушки, соль, сахар по вкусу.

Помидоры и огурцы нарезать ломтиками, яблоки — кубиками, укроп и петрушку измельчить. Все овощи и зелень смешать со сметаной, солью и сахаром и выложить в салатник, выстланный листьями зеленого салата.

Помидоры, фаршированные салатом

10 помидоров, 100 г вареного мяса, 1–2 вареные картофелины, 1–2 свежих огурца, 1 сваренное вкрутую яйцо, 2 столовые ложки майонеза, 1 чайная ложка любого острого соуса, листья зеленого салата, соль, перец красный молотый по вкусу.

У спелых помидоров срезать со стороны плодоножки примерно 1/4 часть, извлечь чайной ложкой мякоть и в образовавшееся углубление насыпать немного соли и перца. Картофель, мясо, яйца измельчить, а огурцы нарезать мелкими кубиками, все перемешать с майонезом и острым соусом. Этой массой заполнить помидоры, выложить их на блюдо, украшенное листьями салата.

В качестве фарша можно использовать также салаты из рыбы, рубленых крутых яиц с сельдью, начинки на основе сырного и селедочного масла, салат из нашинкованных маринованных грибов с луком.

Салат русский

3–4 отварные картофелины, 2 вареные моркови, 1 ст. зеленого горошка, 4–5 свежих грибов, 1–2 соленых огурца, 200 г ветчины или вареной колбасы, 1 яблоко, 1 корень сельдерея, 1/2 ст. майонеза, соль по вкусу.

Картофель, морковь, огурцы, ветчину, яблоко, сельдерей нарезать кубиками, грибы отварить и мелко порубить. Все продукты смешать с зеленым горошком, заправить майонезом. Выложить горкой в салатник, украсить цветком из моркови.

Салат крестьянский

3–4 огурца, 2–3 помидора, 2–3 стручка сладкого перца, 1–2 луковицы, 4 столовые ложки растительного масла, 1 чайная ложка 3 %-ного уксуса, соль, перец по вкусу, зелень.

Свежие огурцы и помидоры нарезать тонкими ломтиками, перец — соломкой, лук — полукольцами. Овощи перемешать, посолить, поперчить и заправить маслом и уксусом. Сверху салат украсить зеленью петрушки или укропа.

Салат из огурцов и редиса

3 свежих огурца, 2–3 пучка редиса, 2 яйца, 3/4 ст. сметаны, зеленый лук.

Редис и огурцы нарезать тонкими ломтиками. Яичный белок сваренного вкрутую яйца мелко нарубить, а желток растереть со сметаной. Все продукты сложить в одну посуду, посолить,

перемешать, сложить горкой в салатник и обсыпать яичным белком и зеленым луком.

Салат «Пестрый»

2 вареные свеклы, 2 яблока, сок половины лимона, 1 чайная ложка сахара, 2 столовые ложки растительного масла, зелень петрушки или укропа, соль по вкусу.

Свеклу и яблоки нашинковать на крупной терке, перемешать, добавить сок лимона, сахар, заправить растительным маслом, украсить зеленью петрушки или укропа.

В этот салат можно добавить грецкие орехи (1/3 ст.), но заправлять в этом случае лучше майонезом, смешанным со сметаной и сахаром.

Свекла с чесноком

2 вареные свеклы, 3–4 дольки чеснока, 1 яблоко (или сок половины лимона), 1/2 ст. майонеза, сахар, соль по вкусу.

Свеклу и яблоко натереть на крупной терке, смешать с мелко нарубленным чесноком, добавить соль и сахар, заправить майонезом.

Салат из тыквы

300 г тыквы, 1/2 ст. сахара, 1/2 ст. уксуса, 1/2 ст. кипяченой воды, корица, гвоздика по вкусу.

Тыкву нарезать кубиками и отварить в маринаде из воды, уксуса, сахара, корицы и гвоздики. Готовая тыква должна быть прозрачной. Она особенно хорошо сочетается с мясными и рыбными блюдами.

Салат «Гурман»

500 г вареных шампиньонов, 300 г вареного окорока, 1 ст. белого вина, соль.

Шампиньоны нарезать ломтиками, окорок— кубиками, все перемешать, посолить, залить вином.

Салат «Полевой»

800 г белокочанной капусты, 100 г зеленого лука, 1/4 ст. 3 %-ного уксуса, 2 столовые ложки сахара, 2–3 столовые ложки

растительного масла.

Белокочанную капусту тонко нашинковать, положить в широкую кастрюлю, влить уксус и нагревать при непрерывном помешивании до тех пор, пока она не осядет и не приобретет матовый цвет. Капусту быстро охладить, добавить растительное масло, сахар и хорошо перемешать.

Салат уложить в салатник и посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Этот салат можно приготовить с добавлением свежих, маринованных или моченых яблок, маринованной свеклы или вишни, винограда, клюквы, моркови и др.

Салат из краснокочанной капусты

1 кг краснокочанной капусты, 1/2 ст. 3 %-ного уксуса, 2 столовые ложки сахара, 2–3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая (без верха) ложка соли. Для отвара: 1/2 ст. воды, корица, гвоздика, сахар по вкусу.

Краснокочанную капусту нарезать соломкой, выложить на широкую деревянную доску, посыпать солью, перемешать и оставить на 10–15 мин.

Приготовить отвар: для этого в воду добавить корицу, гвоздику и сахар, довести до кипения, настоять 30 мин., процедить и охладить. После отлежки капусту энергично перетереть до выделения сока и размягчения. Подготовленную таким образом капусту отжать, переложить в салатник, добавить столовый уксус, отвар корицы с гвоздикой.

Салат «Забавная смесь»

200–250 г цветной капусты, 2–3 помидора, 2 огурца, 1/2 ст. зеленого горошка, 1–2 яблока, кисть винограда, 1 ст. сметаны, пучок петрушки или укропа.

Цветную капусту отварить и разделить на мелкие соцветия. Подготовленные яблоки, огурцы и помидоры нарезать тонкими ломтиками. Овощи выложить в миску, добавить зеленый горошек, виноград, посолить и очень осторожно перемешать. Салат выложить в салатник, полить сметаной, посыпать нарубленной зеленью петрушки (укропа).

Салат из яблок и капусты

400 г квашеной, капусты, 3 яблока, 1/2 лимона, 2 огурца, 2–3 столовые ложки растительного масла, 1/2 ст. майонеза, сахар,

соль, перец по вкусу.

Яблоки, огурцы нарезать кусочками, капусту слегка отжать. Уложить все в салатник и полить майонезом, смешанным с лимонным соком и растительным маслом. Посолить, поперчить по вкусу. Украсить зеленью петрушки или укропа.

Яблочно-морковный салат

3–4 яблока, 2 моркови, 2 лимона, 2 столовые ложки изюма (без косточек), 2–3 столовые ложки сливок, 2 столовые ложки меда, 2 столовые ложки измельченных орехов (грецких, лесных, миндальных), сахар по вкусу, 1/2 ст. белого вина.

Изюм замочить на 20–30 мин в белом вине. Натереть в миску на мелкой терке цедру 1 лимона, выжать туда же сок из двух лимонов, искрошить яблоки, добавить натертую на крупной терке морковь, вымоченный в вине изюм. Орехи размешать со сливками, медом и сахаром, залить салат смесью и хорошо перемешать. Выложить салат в салатник, украсить зеленью петрушки.

Салат «Фантазия»

200–250 г арбузной мякоти, 200 г мякоти дыни, 6–8 слив без косточек, кисть винограда, зеленый салат.

Для соуса: *1 ст. сметаны, 1 столовая ложка сахара, 100 г свежей малины или клубники, 1 апельсин, 1/2 лимона, 30–40 г ликера, корица, соль по вкусу.*

Вначале приготовить соус: ягоды протереть через сито, в миску с пюре натереть цедру лимона и апельсина, отжать сок, добавить сметану, соль, сахар, ликер, корицу и хорошо перемешать. Мякоть арбуза, дыни нарезать ровными ломтиками или кубиками, мякоть слив — дольками, салат — соломкой. Сложить все в миску, перемешать, добавить виноград. Уложить салат в салатник, полить соусом. Украсить листьями салата.

Так же можно приготовить салат из яблок, груш, слив, персиков и винограда. Наиболее эффектно этот салат смотрится, если его уложить вместо салатника в арбуз или дыню, вырезанные в форме корзинки.

Салат шпинатный

200 г молодого шпината, 2 свежих огурца, 2 свежих помидора, 100–120 г зеленого лука, 2 яйца, 1/2 ст. майонеза,? ст. сметаны.

Подготовленный шпинат нарезать соломкой. Огурцы,

помидоры нарезать тонкими ломтиками, сваренные вкрутую яйца нашинковать. Все продукты смешать в миске, добавить шинкованный зеленый лук и заправить майонезом со сметаной.

Этот салат можно приготовить и другим способом: шпинат и зеленый лук смешать, заправить майонезом, положить горкой в салатник, а вокруг аккуратно разложить нарезанные кружками остальные овощи, яйца.

Полить все майонезом и сметаной, посыпать зеленью.

Салаты рыбные

Салат картофельный с хеком

400 г отварного филе хека, 4 отварные картофелины, 1 вареная морковь, 2 соленых огурца, 1/2 ст. заправки провансаль.

Хек, морковь, картофель, огурцы нарезать ломтиками или кубиками, добавить заправку провансаль и хорошо перемешать.

Салат с огурцами и навагой

500 г жареной наваги, 2 свежих огурца, 2 соленых огурца, 3 столовые ложки нарезанного зеленого лука, 1/2 ст. салатной заправки или майонеза.

Филе наваги нарезать ломтиками, огурцы мелко нарезать, смешать все это с луком и заправкой для салатов.

Салат из моркови и ледяной рыбы

300–400 г филе ледяной рыбы, 5–6 шт. вареной моркови, 1–2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, 2–3 столовые ложки растительного масла, 1–2 столовые ложки мелко нарезанной зелени петрушки, соль по вкусу.

Рыбу припустить, нарезать кусочками, смешать с кружочками отварной моркови, заправить уксусом, растительным маслом, посолить и посыпать зеленью.

Салат «Загадка»

500 г филе отварного макруруса, 4–5 ломтиков черствого пшеничного хлеба, 2 луковицы, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 ст. майонеза или 1/2 ст. растительного масла, зелень петрушки.

Хлеб натереть на терке и смешать с мелко нарезанными рыбой, яйцом, луком. Смесь заправить майонезом или растительным маслом. Украсить зеленью петрушки.

Салат рисовый с сельдью

300 г соленой или пряного посола сельди, 1/2 ст. рассыпчатого отварного риса, 1 ст. отварного сельдерея, нарезанного кубиками, 1 ст. заправки провансаль.

Смешать сельдь, нарезанную маленькими кусочками с рисом,

сельдереем и заправкой провансаль.

Салат «Северный»

1 банка (200 г) консервов «Печень трески в масле», 4 сваренных вкрутую яйца, 4 столовые ложки мелко нарезанного зеленого лука.

Печень трески и белки яиц мелко порубить. Желтки тоже мелко порубить, размять, смешать с маслом из консервов (2 столовые ложки) и луком. Все компоненты смешать и положить в салатник. При подаче посыпать луком.

Салат праздничный

1 кг картофельного салата с хеком, 500–600 г вареного филе рыбы (лучше осетровых пород), 4–5 свежих помидора, зеленый салат, 1 лимон, 2–3 столовые ложки раковых шеек или мяса крабов, маслины.

Картофельный салат уложить в салатник или плоскую вазу, придать ему форму высокой горки, обровнять ножом и равномерно покрыть заправкой провансаль или майонезом. На горку салата уложить нарезанную тонкими ломтиками вареную рыбу. По кромке вазы выложить гарнир из зеленого салата, свежих, нарезанных кружками помидоров, маслин и ломтиков лимона. Сверху рыбу украсить раковыми шейками или мясом крабов.

Салаты мясные

Салат «Оливье»

250-300 г мякоти вареной курицы или индейки (или дичи), 2–3 вареные картофелины, 2 свежих или соленых огурца, 70-100 г цветной вареной капусты, 2 свежих помидора, корень молодого сельдерея, 2 столовые ложки консервированной фасоли, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 100 г вареной спаржи, 2 столовые ложки майонеза Для заправки: 1/2 ст. растительного масла, 1/2 ст. 3 %-ного уксуса, чайная ложка сахара, перец, соль по вкусу.

Приготовить заправку: для этого все компоненты хорошо перемешать. Спаржу нарезать дольками длиной около 3 см, цветную капусту разобрать на соцветия, картофель, огурцы, помидоры и мякоть птицы нарезать тонкими ломтиками, а сельдерей — соломкой. Часть вареных овощей и мякоти птицы, зеленый горошек и фасоль заправить майонезом, солью, молотым перцем и выложить в салатник или вазу горкой и полить салатной заправкой. Уложить на салат ломтики птицы, по кромке салатника красиво выложить оставшиеся овощи, листья салата, зелени.

По желанию ломтики курицы, которыми украшается салат, можно обжарить.

Салат из ветчины и сыра

150–200 г вареной ветчины, 2–3 стручка сладкого перца, 3–4 помидора, Уз ст. рассыпчатого отварного риса, 3–4 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 2 яйца, соус майонез, зеленый лук, зеленый салат, соль, перец по вкусу.

Ветчину, перец, салат нарезать соломкой, помидоры — тонкими ломтиками, яйца, сваренные вкрутую, и зеленый лук мелко нашинковать. Сложить все в миску, добавить рис, заправить соусом майонез, солью, молотым перцем.

Оформить салат ветчиной, перцем, помидорами, листиками салата, посыпать зеленью.

Винегреты

Винегрет «Летний»

1–2 картофелины, 1–2 моркови, 1 свекла, 100 г цветной капусты, 50 г зеленого горошка, 1 сваренное вкрутую яйцо, зеленый салат, 1/2 ст. сметаны, соль, сахар по вкусу, зелень укропа.

Картофель, морковь, свеклу отварить, охладить, нарезать кубиками, цветную капусту отварить, разобрать на соцветия. Все перемешать, добавив горошек, соль, мелко нарезанную зелень укропа, заправить сметаной.

Положить в салатник и украсить цветком из яйца, листьями салата.

Винегрет «Зимний»

200–300 г рыбы, 3 картофелины, 1 свекла, 1 морковь, 2 соленых огурца, 2/3 ст. майонеза, 2 столовые ложки острого соуса, специи, соль по вкусу.

Рыбу отварить со специями, охладить, нарезать ломтиками. Картофель, свеклу, морковь отварить, охладить, нарезать кубиками, смешать с рыбой, посолить, заправить майонезом и соусом.

Винегрет с сельдью

1 сельдь, 2–3 картофелины, 1 свекла, 1 морковь, 2–3 соленых огурца, 1 сваренное вкрутую яйцо, 2/3 ст. майонеза, уксус, соль по вкусу, листья зеленого салата.

Сельдь вымочить, отделить филе от костей, нарезать кусочками. Свеклу, картофель и морковь отварить, охладить, нарезать кубиками. Огурцы измельчить. Все перемешать, заправить майонезом и уксусом, посолить, украсить кусочками сельди, листьями зеленого салата и цветком из яйца.

Винегрет с грибами

5–7 соленых или маринованных грибов, остальные продукты, как для винегрета «Летнего»

Промыть и нашинковать соленые или маринованные грибы (белые, грузди, рыжики), смешать их с винегретом «Летним», украсить овощами, грибами, листиками салата.

Винегрет мясной

100 г вареного мяса, 2 картофелины, 1–2 моркови, 1 свекла, 2 соленых огурца, 2 сваренных вкрутую яйца, 2/3 ст. майонеза, соль, молотый перец по вкусу, листья зеленого салата, зелень петрушки или укропа.

Мясо нарезать тонкими ломтиками, картофель, морковь и свеклу отварить, нарезать мелкими кубиками, огурец и яйцо измельчить. Все перемешать, посолить, поперчить, заправить майонезом, посыпать зеленью петрушки или укропа, украсить листьями салата, цветком из яйца.

Заправки к закускам и салатам

Хрен с уксусом

300 г корня хрена, 1 ст. 9 %-ного уксуса, 2 ст. воды (кипяток), соль, сахар по вкусу.

Очищенный и промытый хрен измельчить, положить в кастрюлю и залить кипятком. Кастрюлю накрыть крышкой и оставить остывать. Когда хрен остынет, добавить уксус, соль, сахар и хорошо размешать.

Заправляют холодную или заливную рыбу, студень, ветчину и др.

Майонез с хреном

70-100 г корня хрена, 1 ст. майонеза.

Хрен натереть на терке, ошпарить кипятком и охладить. В майонез добавить тертый хрен и хорошо перемешать.

Заправляют холодные блюда из вареного мяса, рыбы, студни.

Заправка для салатов

1 ст. растительного масла, 1 ст. 3 %-ного уксуса, сахар, соль, перец по вкусу.

Все компоненты хорошо перемешать. Смесь хранить в закупоренной бутылке из темного стекла.

Заправляют салаты из овощей.

Заправка горчичная

1 ст. растительного масла, 2 яичных желтка, 1 столовая ложка горчицы, 1 ст. 3 %-ного уксуса, сахар, соль, перец по вкусу.

Столовую горчицу, сырые яичные желтки, соль, сахар растереть до получения однородной массы. Тоненькой струйкой при непрерывном помешивании массы влить в нее растительное масло. Каждую последующую порцию масла вливать только после того, как предыдущая эмульгирует. Развести смесь уксусом, добавить перец и размешать.

Заправляют винегреты, овощные салаты.

Заправка горчичная с чесноком

1 ст. растительного масла, 1 столовая ложка горчицы, 1 ст. 3 %-ного уксуса, 1 головка чеснока, соль, сахар, перец по вкусу.

Приготовить заправку горчичную. Чеснок мелко нарубить и смешать с заправкой.

Заправляют салаты из свежих, малосольных и соленых огурцов, помидоров, сладкого стручкового перца и пр.

Заправка провансаль

1 яичный желток, 1 чайная ложка горчицы, 2 столовые ложки растительного масла, 1/2 ст. 3 %-ного уксуса, соль по вкусу.

Сырой яичный желток растереть с солью, добавить горчицу, хорошо размешать, постепенно влить охлажденное масло. Затем тщательно все перемешать, чтобы масса загустела, и после этого развести уксусом до консистенции сметаны.

Заправлять рыбные салаты.

Соус майонез

3 яичных желтка, 2 ст. растительного масла, Уа ст. 3 %-ного уксуса, чайная ложка столовой горчицы, сахар, соль по вкусу.

Сырые яичные желтки тщательно растереть с горчицей, солью и сахаром Полученную смесь и растительное масло поставить в холодильник на 1 час. Выложить охлажденную смесь в небольшую эмалированную кастрюлю и тонкой струйкой вливать в нее растительное масло. При этом смесь непрерывно смешивать миксером до образования эластичной густой массы, которая легко отстает от стенок кастрюли. В полученную массу при непрерывной работе миксера влить уксус. Если масло отслоится от яичной смеси, в отдельной посуде растереть яичный желток и, также работая миксером, постепенно добавить ранее приготовленную смесь.

Самое широкое применение.

Заканчивая разговор о закусках, хотим напомнить, что успех их приготовления зависит главным образом от наличия продуктов и личной фантазии. Веточки зелени петрушки или укропа, аккуратно уложенные между ломтиками колбасы — и уже совсем другой вид принимает закуска. И уж совсем празднично будет выглядеть обычная колбаса, если уложить ее ломтики на листочек зеленого салата, по ободу тарелки выложить фигурный бордюр из огурцов…

Никогда не относитесь к кулинарному рецепту как к догме. Нет нужного продукта — замените его тем, что имеется в наличии. И кто знает, возможно, эта замена придаст блюду новые

вкусовые и эстетические качества. Особенно это характерно для закусок. Сколько бы рецептов их вы ни собрали — все равно они не смогут заменить собственной фантазии. Рассматривайте их не более, как подсказку.

НА ЧУЖОЙ ОБЕД НАДЕЙСЯ, А СВОЙ ПОДАВАЙ!

Супы

Суп для нас сегодня столь же привычен, как и ломоть хлеба. Когда же человек впервые приготовил это кушанье? Однозначно ответить на этот вопрос вряд ли кто сможет. С уверенностью можно сказать лишь, что изобретению этого блюда предшествовал довольно длительный период развития человеческой цивилизации. Ведь до появления глиняной посуды ни о какой горячей жидкой пище и говорить не приходилось — не в ладонях же ее варили. Правда, некоторые кочевые народы умудрялись варить похлебку в деревянных и даже кожаных «кастрюлях». Делали они это с помощью раскаленных на огне камней, которые бросали в варево. Получалось, что жидкость прогревалась не снаружи, а изнутри. Однако это скорее исключение, чем правило.

Каждый народ изобретал свой суп. Поэтому и знакомство с этим кушаньем у разные народов произошло в разное время.

Например, китайцы — эти общепризнанные лидеры в области кулинарного искусства, знали суп за несколько тысячелетий до нашей эры. Об этом свидетельствуют рецепты, составленные китайскими поварами более 5 тыс. лет назад. В одной из книг того времени можно, например, прочитать о супе из голубиных яиц, который назывался «Золотые луны в серебряном море». Судя по этому рецепту, уже в те далекие времена китайцы не были новичками в приготовлении жидких кушаний.

Любили полакомиться наваристым бульоном и древние египтяне. И уж, как водится, существует много легенд об изобретении этого кушанья. Одна из них даже записана на стене храма Осириса в Мемфисе. В ней поведано о том, как впервые был приготовлен так любимый многими народами куриный бульон. Согласно этой легенде, дело происходило в III тысячелетии до нашей эры. Вконец изголодавшийся раб украл у хозяина курицу и то ли в спешке, то ли из хитрости, чтобы не нашли, спрятал ее в горшке с кипящей водой. И не застань стражники воришку на месте преступления, возможно, человечество бы и не узнало нового кушанья. Но раб был пойман, что называется, с поличным. Когда его схватили, он спешно доедал куриную ножку, а напротив стоял горшок с варевом. Беднягу схватили и доставили к хозяину, а в качестве вещественного доказательства принесли и злополучный горшок с варевом, аромат которого аппетитно щекотал ноздри хозяина. Не удержавшись от соблазна, он попросил дать ему немного отвара и кусок курицы. И, о чудо! Кушанье настолько понравилось

хозяину, что он сменил гнев на милость и не только не казнил раба, но и сделал его придворным поваром. Остается добавить, что хозяином раба был сам фараон.

С тех пор в число поклонников этого бульона входят целые народы, а само кушанье придает не только силы, но и вдохновляет на творчество. Так, существует притча о том, что на вопрос, заданный Джузеппе Верди: «В чем маэстро черпает вдохновение?» — известный композитор ответил: «В чашке куриного бульона». Кто знает, может, в этой шутке гения есть доля истины, ведь хорошо приготовленное и с аппетитом съеденное любимое блюдо настраивает на положительные эмоции.

Недаром многие выдающиеся личности прошлого испытывали особую любовь к супу. Вот как об этом написал известный советский беллетрист Л.И. Борисов: «Дюма обожает суп, Гюго — тоже. Мольер и Расин могли говорить о супе, как о первой любви. Людовик XII варил сам себе раковый суп. Бальзак изобрел кофе из корешков моркови и свеклы — это его суп. Почтенный болтун Скриб придумал изречение "Суп, это да, все прочее — литература". Великий Лафонтен прославил суп в баснях.

Многие кухни мира могут похвастать своими оригинальными супами. Не является исключением и русская кулинария. Щи, борщи, рассольники, солянки, окрошки — за каждым из этих названий стоят десятки кушаний самой высокой пробы.

Жидкие блюда русской кухни первоначально называли не супами, а хлебовом, похлебками. Так, в словаре В.И. Даля слово «похлебка», по существу, является синонимом супа в современном его понимании. «Похлебка, — читаем у Даля, — всякая жидкая пища, которую хлебают, едят ложкою». Он же добавляет: «Нередко путают производные от «хлеб», «хлебать», и различить их нелегко: похлебство, вероятно от «хлеб».

Слово суп, по всей вероятности, вошло в русский лексикон в эпоху Петра I. К этому времени Россия уже знала бесчисленное множество жидких кушаний, которые имели свои собственные названия. Вероятно, поэтому даже в наше время, т. е. спустя почти три столетия, редкая хозяйка назовет супом те же щи или окрошку. Это лишний раз свидетельствует о глубоких национальных корнях русских блюд первой подачи. За блюдами же, которые имеют много общего с иностранными кушаньями (картофельные, крупяные), довольно легко утвердилось название суп.

Не встречается слово суп в древних русских литературных источниках и документах. Даже в более поздних источниках,

какими являются «Домострой» и «Росписи царских кушаний», это слово не упоминается. Зато здесь пестрят такие названия, как «шти», «варево», «похлебка».

Одно из первых упоминаний о супе встречается в «Истории о царе Петре» Б.И. Куракина, который сообщает, что сподвижник Петра Франц Лефорт «непрестанно давал у себя дома обеды, супы и балы». Как видим, здесь суп имеет скорее значение ужина с угощением, нежели отдельного блюда. Но постепенно, по-видимому, это слово приняло то значение, которое мы придаем ему сегодня.

Современные словари определяют суп как жидкое блюдо, представляющее собой отвар из мяса, рыбы, грибов и т. п. с приправой из овощей, круп и других продуктов.

Но вернемся к похлебкам. Старейшей из них является, пожалуй, репня. Как ее готовили наши предки, сказать сегодня довольно трудно. Вероятнее всего, так же, как и другие овощные похлебки. Но с появлением картофеля в XVIII–XIX веках это кушанье постепенно выходило из употребления и сегодня совсем забыто. Эта же участь постигла и многие другие народные кушанья, например, хлебную похлебку, которая называлась мурцовкой или тюрей, баланду, затируху. Жалеть об утрате этих блюд особо не стоит, так как еда эта была малопитательна и отражала скорее скудость жизни народа, чем кулинарную премудрость.

На русском столе суп является блюдом первой подачи, хотя так было не всегда. В настоящее время суп едят после закусок, так как они, возбуждая деятельность пищеварительных желез, подготавливают желудок к приему основных блюд. Основоположник современной физиологии, русский ученый И.М.Сеченов писал: «Суп — преимущественно аппетитное средство». По способности стимулировать пищеварение суп иной раз вдвое превосходит соляную кислоту, назначаемую в профилактических целях. И.П.Павлов в своих лекциях обращал внимание на разумность подачи супов перед «капитальным отделом еды» для возбуждения деятельности пищеварительных желез.

Для приготовления супов в русской кухне используются самые разнообразные продукты — овощи, картофель, бобовые, макаронные изделия, грибы, мясо, рыба и др. Однако суп — это жидкое блюдо и потому основу его всегда составляет жидкость: вода, молоко, квас, простокваша, бульон (мясной, рыбный, грибной) или овощной отвар.

Как мы уже отмечали, ассортимент русских супов очень широк. Его составляют две большие группы: горячие и холодные

супы. Уже само название этих групп говорит о том, какой суп лучше есть зимой, а какой летом. К горячим супам относятся щи, борщи, рассольники, солянки, уха, разные овощные супы, молочные, крупяные и т. д. Холодных супов в русской кухне значительно меньше, чем горячих, и объясняется это скорее всего климатическими особенностями страны. Наибольшее распространение из них получили окрошка, ботвинья, свекольник.

Кроме того, русские супы можно также классифицировать как заправочные и прозрачные. Заправляют супы зеленью, овощами, крупами, кислой и свежей капустой, обязательной пассеровкой и сметаной.

Для того чтобы суп имел специфический вкус того продукта, которым он заправлен, бульон часто варят без добавления кореньев и лука.

В прозрачные супы гарнир кладут непосредственно перед их подачей на стол. В качестве гарнира используют лапшу, клецки, крупы и т. д. Бульон для этих супов варят светлый, с ярко выраженным мясным (рыбным, овощным) вкусом, с добавлением кореньев.

Традиционно порядок приготовления русских супов приблизительно следующий.

Вначале варят бульон. Вкус и аромат бульона зависят от количества и качестве содержащихся в нем экстрактивных и ароматических веществ. Особенно богаты этими веществами говядина, домашняя птица и некоторые виды дичи. Для получения более пикантного вкуса бульона его варят с добавлением некоторых других продуктов, в частности говяжьих, свиных или бараньих копченостей.

Пока бульон варится, необходимо подготовить ароматические коренья (петрушка, сельдерей, лук, морковь и пр.) и овощи.

Так как ароматические вещества кореньев очень летучи, для их сохранения в русской кулинарии принято обжаривать коренья в жире. Процесс этот называют пассерованием. Жир обладает способностью улавливать и удерживать ароматические вещества и каротин. Именно поэтому пассерованные овощи придают супам особый вкус, аромат и привлекательный внешний вид.

В качестве жира и жидкости для обжаривания и тушения кореньев и овощей можно использовать жир, снятый с бульона вместе с пеной. Старые кулинары называют его брезом. Многие хозяйки бездумно выбрасывают накипь с бульона и, между прочим, напрасно. Автор одной из популярнейших кулинарных книг прошлого Елена Молоховец по этому поводу пишет следующее: «С пеною снимать и самый жир в отдельную

посудину, так как на этом жиру, называемом брезом, поджариваются коренья для бульона. Прежде дочасти снимали пену шумовкою, и пена эта выбрасывалась, но в настоящее время пришли к заключению, что в этой пене и заключается самая питательная белковина; поэтому снимать ее не следует, а если снять, то в отдельную кастрюльку поменьше». Думаем, что нынешним просвещенным хозяйкам следует прислушаться к этому мудрому совету, высказанному более сотни лет назад.

Правда, тот же автор, чтобы бульон не имел сального привкуса, советует пену с жиром прокипятить в отдельной посуде, процедить и снова кипятить до тех пор, пока «не очистится совершенно». Учитывая, что процедура эта довольно сложная, по собственному опыту советуем использовать брез без дополнительной обработки, но сильной разогретый. Вкус от этого изменяется мало, а польза большая, гак как в снятой пене действительно довольно много белка.

При тушении овощей необходимо соблюдать определенную последовательность их закладки. Сначала тушат более твердые овощи и коренья, а затем добавляют к ним более мягкие.

Так, капусту и свеклу (особенно квашеную) начинают тушить задолго до того, как к ним прибавляют картофель.

Чтобы заправочные супы лучше соединились с бульоном, их заправляют мучной пассеровкой, которую готовят либо отдельно, либо вместе с овощами. При этом нужно помнить, что никогда не следует заправлять суп сырой мукой (т. е. не прожаренной), от этого он получает сильно выраженный мучной привкус.

Тушеные или обжаренные овощи и коренья закладывают в кастрюлю с бульоном и варят суп до готовности.

Очень важно при варке супов учитывать некоторые особенности кулинарной обработки продуктов, которые входят в их состав. Так, в некоторых овощах, крупах и макаронных изделиях содержится довольно много крахмала. При варке он клейстеризуется за счет поглощения влаги окружающей среды. Этим объясняется значительное увеличение объема круп и макаронных изделий, что важно учитывать.

Необходимо также помнить, что картофель нельзя класть в кастрюлю с бульоном после квашеной капусты, соленых огурцов или щавеля, так как в кислой среде он плохо разваривается, становится жестким.

Как известно, при варке овощей в них быстро разрушается витамин С. Между тем, особенно в зимний и весенний периоды, каждый миллиграмм аскорбиновой кислоты должен быть на учете. Чтобы полнее сохранить этот витамин в супах, при их варке следует соблюдать некоторые нехитрые правила: не

допускать бурного кипения супа, не удалять с поверхности супа весь жир, так как он препятствует доступу воздуха в жидкости; избегать повторного разогрева овощных супов; не допускать длительного хранения нарезанных овощей в воде; закладывать овощи в кипящий бульон; использовать мучную пассеровку (слегка обжаренную муку).

Надо иметь в виду, что некоторые овощи при варке в супе изменяют свою окраску. Так, например, картофель из белого может стать кремовым или получить другой цвет в зависимости от компонентов супа; свекла приобретает бурый цвет и т. д. Поэтому для сохранения их натурального цвета такие овощи перед варкой в супах припускают в концентрированном отваре с добавлением уксусной кислоты.

Для прозрачных супов гарниры варят и тушат отдельно и опускают в процеженный бульон только перед подачей на стол.

Безусловно, каждый суп имеет свои особенности приготовления, о них мы расскажем ниже.

Бульоны

Как мы уже отмечали, любой суп — это прежде всего бульон. Варят бульон из мяса, костей, рыбы, грибов. Аромат и вкус бульона в основном зависят от содержащихся в нем экстрактивных веществ. Именно они возбуждают аппетит, улучшают усвояемость пищи, придают бульону наваристость.

Для варки мясного бульона обычно используют покромку, грудинку (с хрящами), ножки. Однако это не означает, что, например, из толстого края его варить нельзя. Просто это мясо более целесообразно использовать для приготовления вторых блюд.

Куски мяса кладут в кастрюлю, заливают холодной водой, добавляют нарезанные овощи (репчатый лук, морковь, петрушку, ароматическую сушеную зелень) и ставят на огонь. Когда вода закипит, с ее поверхности снимают пену, убавляют огонь и продолжают варить при слабом кипении. Чтобы вкус бульона не был салистым, а сам бульон не имел мутного беловатого оттенка, всплывающий на поверхность жир необходимо несколько раз удалять. Варят бульон до готовности мяса.

Если необходимо получить концентрированный мясо-костный бульон, то вместе с мясом варят кости. При этом после того, как мясо сварилось, его вынимают из кастрюли, а кости продолжают варить в течение нескольких часов, в зависимости от того, какой крепости хотят получить отвар.

Таким способом варят бульон для заправочных супов. Если же бульон используется как самостоятельное кушанье, то его обычно осветляют. Осветленный бульон называют прозрачным. Чтобы осветлить бульон, его предварительно процеживают, а затем добавляют в него оттяжку. Профессиональные повара готовят оттяжку так: мякоть шеи прокручивают на мясорубке, заливают холодной водой (на 100 г мякоти ст. воды) и настаивают 1–2 часа. Затем добавляют сырой яичный белок, соль и хорошо перемешивают. В качестве оттяжки можно использовать и обычный концентрированный бульон.

В процеженный бульон, нагретый до 80 °С, вводят оттяжку и варят примерно 1 час, периодически снимая жир и пену. Когда оттяжка осядет на дно кастрюли, бульон, не взбалтывая, процеживают через марлю или частое сито.

Можно использовать и овощную оттяжку. Для ее приготовления берут разные коренья: петрушку, морковь, сельдерей, репу. Кроме того, добавляют зелень укропа, петрушки, свекольную и морковную ботву. Чем больше овощей, тем лучше.

Коренья промывают, очищают, режут на тонкие полоски. Затем их кладут в кастрюлю, заливают бульоном (небольшим количеством) и припускают. После того как овощи размягчатся, из них готовят пюре. Это пюре и добавляют в бульон в качестве оттяжки.

Для варки рыбного бульона используют пищевые отходы (головы, хвосты плавники, кости) и целую (мелкую) или нарубленную на куски рыбу. Очень вкусный бульон получается, если его варят при сочетании мелкой рыбы (окуни, ерши) с крупной (судак, щука). Технология варки рыбного бульона почти такая же, как и мясного. Однако времени на это требуется гораздо меньше, примерно, 1 час.

Лучшей оттяжкой для приготовления прозрачного рыбного бульона служит паюсная икра. Ее растирают в ступке с небольшим количеством воды до образования однородной тестообразной массы. Однако сегодня такая оттяжка в большом дефиците, поэтому паюсную икру можно заменить икрой судака или щуки.

Грибной бульон готовят преимущественно из сушеных грибов. Их перебирают, промывают, заливают холодной водой (на 100 г грибов 5–6 стаканов воды) и оставляют на 2–3 часа для набухания. После этого в той же воде их варят при слабом кипении. Сваренные грибы вынимают и промывают в теплой воде, а бульон отстаивают и процеживают.

Бульон с гренками

Приготовить гренки с сыром. В бульонную чашку налить прозрачный мясной бульон, а гренки подать на пирожковой тарелке.

Бульон с яйцом и сухариками

Сварить яйца «в мешочек», очистить их от скорлупы, положить в бульонную чашку и залить прозрачным мясным бульоном. На пирожковой тарелке подать сухарики из пшеничного хлеба.

Бульон с омлетом

Сырые яйца разболтать с молоком, добавить по желанию морковное пюре, вареный зеленый горошек или шпинат, посолить и перемешать. Смесь вылить на смазанную маслом сковороду и запечь в духовке.

Затем ножом или выемкой нарезать омлет на части,

разложить его в бульонные чашки и залить прозрачным бульоном.

Бульон с пельменями

Сваренные до готовности пельмени разложить в бульонные чашки и залить прозрачным бульоном (мясным или рыбным, в зависимости от начинки пельменей).

Бульон с фрикадельками

Кусочки мяса пропустить через мясорубку, добавить немного воды, пассерованный репчатый лук, сырое яйцо, соль, масло, перец. Смесь хорошо перемешать и разделать на шарики по 7-10 г. Фрикадельки сложить в кастрюльку, залить бульоном и припустить до готовности. Затем в чашку или тарелку положить несколько фрикаделек и залить прозрачным бульоном. Дополнительно можно подать сухарики.

Щи

По предположению историков, это блюдо было известно на Руси задолго до ее крещения. Когда-то щами называли практически все похлебки.

Так, источники XVI века донесли до нас такие словосочетания: шти, шти капустны, шти борщовы, шти репяны. Позднее щами стали называть только капустные похлебки. Правда, и среди современных рецептов русской кухни встречаются, например, щи из щавеля, крапивы.

Много пословиц и поговорок сложил русский народ о своем любимом кушаньи: «Кипятите щи, чтобы гости шли», «От щей добрые люди не уходят», «Щи хоть кнутом хлещи». Правда, последняя поговорка о пустых щах, без мяса.

Вкусы постоянно менялись, а любовь русичей к щам на протяжении многих столетий оставалась неизменной. Ели их и в царских хоромах, и в помещичьих имениях, и в купеческих домах, и в бедных крестьянских избах. Правда, богатые ели так называемые «богатые щи», бедные же чаще всего ели щи бедные, пустые, без мяса, сваренные иногда из одной капусты да лука.

Любил похлебать щец царь Иван Грозный. Будучи горяч на руку, царь иногда использовал щи не по назначению, о чем свидетельствует случай с князем Гвоздевым. Объезжая однажды с ним свои владения, царь остановился поесть щей и пригласил за стол своего спутника. Во время обеда царь за что-то рассердился на Гвоздева и во гневе своем велел вылить на князя миску горячих щей.

Без щей русский человек не в состоянии был прожить и дня. «Русский желудок, — пишет Д.В. Каншин, — настолько привык к щам, что за недостатком капусты, наши солдаты во время войны 1812 года, квасили себе «листья винограда и варили из них щи».

Кстати, и во Францию можно ехать со своими щами. Правда, здесь есть непременное условие — хороший мороз. Когда-то во время езды на почтовых путешественники, дабы обеспечить себя домашней пищей на всю дорогу, брали с собой замороженные щи. Этот элемент багажа считался обязательным. А.Т. Болотов в своих «Записках» писал: «А чтобы меньше иметь хлопот с вареньем и приготовлением себе ужинов и обедов, то наварили (мы) однажды себе добрых вкусных и хороших щей и наморозили их целую кадочку». С такими «кадочками» катили тройки в самые отдаленные уголки России. На почтовой станции достаточно было отколоть нужный кусок, вскипятить щи — и обед на столе. При этом вкус щей после их заморозки ничуть не ухудшался, а

скорее даже улучшался. Уж такое это кушанье.

Особенно распространены щи в северных и центральных регионах России, на Урале и в Сибири. Существует множество вариантов щей, отражающих местные особенности: вкусы жителей, наличие продуктов для их приготовления и др. Однако никогда и нигде вы не спутаете щи с каким-нибудь, даже похожим по набору продуктов жидким блюдом. Вкус и аромат щей неоспоримы и ни с чем не сравнимы. Запах варящихся щей не оставит равнодушным ни одного русского.

По умению варить щи определяли домовитость хозяйки. Меткая русская пословица гласит: «Не та хозяйка, что красиво говорит, а та, что хорошо щи варит».

Конечно, классические русские щи надо искать не в хорошо оборудованных кухнях общепита или в городских квартирах, а в тех крестьянских домах, где имеется русская печь. Ведь для придания щам специфического вкуса и аромата огромное значение имеет томление их в русской печи. В этом случае «щаной дух» отличается исключительной приятностью и стойкостью. В русской крестьянской избе этот дух неистребим.

Удивительная особенность русских щей состоит в том, что они не надоедают даже при ежедневном их употреблении.

Нехитрое вроде блюдо: капуста свежая или кислая, вода да мучная заправка с луком — вот и все основные продукты, а как удивляются иностранцы, впервые попробовав это варево. И что интересно, восторг от щей не проходит целые столетия. Еще Александр Дюма, восхищенный прекрасным вкусом русских щей, вывез из России оригинальный рецепт их приготовления. Этот рецепт он включил в свою кулинарную книгу. И сегодня многие иностранцы как самый заветный сувенир увозят в собой из России рецепт русских щей.

Варят щи на мясном, рыбном или грибном бульонах, а также отварах картофеля, овощей. Весной щи часто готовят из щавеля, шпината, крапивы.

На рыбном бульоне чаще всего готовят щи из квашеной капусты. Для варки бульона используют головизну осетровых рыб, снетки, хамсу, тюльку соленую.

Мясные щи подают с кусочком мяса, а рыбные — с кусочком рыбы, головизной, хрящами. В зеленые щи кладут сваренные вкрутую яйца. Всегда уместно добавить в тарелку со щами ложку сметаны и мелко нарезанной зелени петрушки или укропа.

Щи из свежей капусты обычно едят с пирожками или кулебякой с мясной начинкой. К щам из квашеной капусты хорошо подать рассыпчатую гречневую кашу, расстегаи с рыбой.

О том, что подать к супам, более подробно рассказано в

конце этой главы.

Предлагаем запомнить

Правильно приготовленные щи из свежей капусты имеют на поверхности бульона жир, окрашенный в оранжевый или желтый цвет.

Свежую капусту для щей нарезают шашечками в 2–3 см или шинкуют соломкой.

Мелкие корешки ранней капусты разрезают вместе с кочерыжкой дольками.

Коренья и лук режут дольками, соломкой или брусочками.

Картофель нарезают дольками, кубиками, брусочками.

Квашеную капусту перебирают, крупные куски измельчают, кладут в посуду, добавляют жир или воду и тушат 1,5–2 час.

Муку (1–2 столовые ложки) обжаривают с ложкой жира, разводят стаканом бульона и доводят до кипения. Этой смесью заправляют щи.

Щи из свежей капусты

500–700 г мяса с костью (говядина, баранина, свинина), 2 л воды, 600–700 г белокочанной или савойской капусты, 2 средние картофелины, небольшая репа, 1 крупная морковь, корешок петрушки, крупная луковица, 1 столовая с верхом ложка томата-пюре или 2 свежих помидора, 2 столовые ложки жира, 2–3 лавровых листа, 2–3 горошины черного перца, соль по вкусу.

В кастрюле на слабом огне поставить варить мясо с костью. Чтобы бульон был навaристее, мясо положить в холодную воду. Кастрюлю крышкой не накрывать. Снять с кипящего бульона пену и влить в него ложку холодной воды. Когда пена появится вновь, операцию повторить, и так до тех пор, пока накипь перестанет образовываться. Обтереть чистой влажной тряпкой присохшую к краям кастрюли пену и продолжать варить бульон — 2–2,5 час (до полуготовности).

Капусту, нарезанную шашечками или соломкой, опустить в кипящий бульон. Когда бульон вновь закипит, положить в него нарезанный дольками или брусочками картофель. Мелко нарезанные коренья и лук обжарить в жире с томатом-пюре на сковороде, заправить ими щи и проварить их в течение 15–20 мин. За 5 мин до окончания варки в кастрюлю положить перец, лавровый лист и соль по вкусу. Одновременно со специями в суп можно положить 2–3 дольки чеснока, растертого с солью.

Если вместо томата-пюре использовать свежие помидоры, то их нужно класть в кастрюлю перед окончанием варки. Готовые щи разлить в тарелки, положить в каждую по кусочку мяса, сверху посыпать зеленью. В соуснике к щам подать сметану.

Практически для всех супов мясной бульон варят одинаково. Поэтому в последующих рецептах мы не описываем процесс варки бульона и не указываем количество необходимого для этого мяса.

Щи из квашеной капусты

500–600 г. квашеной капусты, 1–2 морковки, 1–2 корешка петрушки, 1 луковица, 2 столовые ложки томата-пюре, 2 столовые ложки пшеничной муки, 2 столовые ложки сливочного масла, пучок зелени (петрушка или укроп), лавровый лист, перец по вкусу, 1/2 ст. сметаны, 2 л мясного бульона.

Сварить мясной бульон из говядины, баранины или свинины, как для щей из свежей капусты. Пока варится бульон, из шинкованной квашеной капусты отжать сок, положить капусту в кастрюлю, добавить ложку томата-пюре, влить стакан бульона или воды, закрыть крышкой и тушить 1,5–2 час. Огонь сначала должен быть сильный, а когда капуста прогреется, убавить его до минимума. Чем тушеная капуста мягче, чем вкуснее щи. За 10–15 мин до окончания тушения капусты добавить в нее обжаренные на масле коренья и лук. В кипящий бульон положить капусту и варить до готовности 30–40 мин. За 15 мин до окончания варки влить в бульон мучную пассеровку, опустить лавровый лист, перец по вкусу.

В готовые щи можно добавить 2–4 дольки чеснока, растертые с солью.

Можно приготовить эти щи с картофелем или крупой. В этом случае 2–3 картофелины нарезать кубиками или ломтиками. Две столовые ложки крупы (лучше перловой или пшенной) отдельно распарить до полуготовности. Подготовленные продукты положить в кипящий бульон на 20 мин раньше, чем тушеную капусту.

В тарелку со щами положить сметану, зелень. К щам хорошо подать кулебяку с гречкой, гречневую кашу, ватрушки с творогом.

Ни в коем случае при варке щей из квашеной капусты нельзя солить бульон, так как капуста довольно соленая.

Щи суточные

500–600 г квашеной капусты, 2–3 кости от свиных сырокопченостей, столовая ложка пшеничной муки, остальные

продукты, как для щей из квашеной капусты

Эти щи варят в основном так же, как и щи из квашеной капусты.

Квашеную рубленую капусту потушить с жиром и костями свинокопченостей, добавив половину столовой ложки томата-пюре. После 1,5–2 час тушения капуста становится красноватой, мягкой, со сладковатым привкусом. Тушеную капусту выложить в кастрюлю с бульоном и варить около 1 час. За 30 мин до окончания варки добавить обжаренные с томатом-пюре коренья, а за 10–15 мин — лавровый лист, перец, мучную пассеровку.

В готовые щи положить 2–3 дольки чеснока, растертые с солью.

Щи будут вкуснее, если их настоять в глиняном горшочке. Для этого кастрюлю со щами снимают с огня сразу же после добавления специй, т. е. за 15 мин до окончания варки. Разливают щи в глиняные порционные горшочки (емкостью 0,5 л). В каждый горшочек кладут по кусочку мяса и дольке чеснока, растертого с солью. Сверху горшочек покрывают куском раскатанного пресного сдобного теста, смазывают тесто яйцом и запекают в духовке. Когда лепешка-крышка подрумянится и станет выпуклой, щи готовы. Суточные щи вкуснее есть деревянной ложкой прямо из горшочка.

Название этих щей происходит от старого способа их приготовления. По этому способу щи немного недоваривают, сливают в горшок и выносят на мороз (ставят в холодильник) на всю ночь. На другой день горшок с замороженными щами накрывают крышкой из теста и ставят в духовку.

Приготовленные таким способом щи значительно вкуснее, и, видимо поэтому всегда пользовались в России особой популярностью. В Москве самые вкусные суточные щи в конце прошлого века можно было отведать в трактире Бубнова на Варавке. Об этом упоминает А.Н.Толстой в «Эмигрантах».

Щи «ленивые»

600 г свежей капусты, 1 луковица, 30 г сливочного масла, 30 г кореньев репы, моркови, сельдерея, 2 столовые ложки муки, соль по вкусу, 2 л мясного бульона, 1/2 ст. сметаны.

Сварить мясной бульон. Пока он варится, мелко нашинковать луковицу и обжарить до золотистого цвета на сливочном масле непосредственно в кастрюле, где будут готовиться щи.

Кочан капусты очистить, снять верхние листья, вырезать кочерыжку и нарезать капусту крупными кусками. Затем опустить капусту в кипящий бульон, дать ему вновь закипеть, вынуть куски

и переложить их в кастрюлю с обжаренным луком. Залить процеженным бульоном, чтобы он едва прикрывал капусту, и поставить на слабый огонь тушиться. Когда капуста будет наполовину готова, положить в кастрюлю нарезанные дольками репу, морковь и сельдерей. После того, как овощи размягчатся, добавить в кастрюлю белую пассеровку, разведенную бульоном. Вылить в кастрюлю оставшийся процеженный бульон, положить нарезанное кусками мясо, накрыть крышкой и варить примерно полчаса.

В конце варки заправить щи сметаной и дать еще раз бульону закипеть.

Щи зеленые

400 г шпината, 20 г щавеля, небольшая морковка, пучок петрушки, 1 луковица, 3–4 средние картофелины, 2 яйца, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки сливочного или топленого масла, 1/2 ст. сметаны, 2–3 лавровых листа, 5–6 горошин черного перца, соль, 2 л мясного бульона или воды.

Шпинат перебрать и промыть в большом количестве воды 2–3 раза. При этом воду не сливать, и вынуть из нее зелень, чтобы песок не остался на листьях. Так же моют и щавель. Проварить шпинат в большом количестве воды, не накрывая кастрюлю крышкой. Откинуть шпинат на сито, промыть холодной водой и пропустить через мясорубку. Пюре шпината и щавеля соединить, добавить разведенную отваром шпината мучную пассеровку, половину всего количества сметаны и прогреть 15–20 мин. Мелко нарезанный лук и коренья обжарить на масле до образования у лука золотистой окраски. Картофель нарезать тонкими ломтиками.

В кипящий мясной бульон или воду положить картофель, а через 15–20 мин — смесь шпината со щавелем, пассерованные коренья и варить 15–20 мин. За 5-10 мин до окончания варки добавить лавровый лист, перец, соль.

Можно приготовить щи и без щавеля, из одного шпината. В этом случае их нужно заправить лимонным соком по вкусу. В тарелку с зелеными щами кладут кусочек мяса, половинку вареного яйца, зелень, сметану.

Щи из крапивы

600–700 г молодой крапивы, остальные продукты те лее, что и для щей зеленых (кроме шпината).

Молодую крапиву (лучше побеги) хорошо промыть в

холодной воде. Погрузить ее на 2–3 мин в кипяток, откинуть на сито, облить холодной водой и, когда вода стечет, пропустить через мясорубку. Подготовленную крапиву тушить с маслом 10–15 мин. Репчатый лук с кореньями измельчить и обжарить на масле. В кипящий бульон положить крапиву, пассерованный лук и коренья и варить 20–25 мин, а за 10 мин до окончания варки добавить пассерованную муку, разведенную бульоном, нарезанные листья свежего щавеля, специи, соль. Для вкуса в щи можно добавить лимонный сок. При подаче щи из крапивы заправляют так же, как и щи зеленые.

В тарелку со щами можно положить вареные ушки.

Щи с рыбной головизной

500–600 г головизны, 500 г квашеной капусты, 2 средние морковки, 2 корешка петрушки, 1 столовая ложка томата-пюре, 2 столовые ложки кулинарного жира, 1 столовая ложка пшеничной муки, пучок зелени петрушки или укропа, 2 л воды

У голов рыб осетровых пород удалить жабры, глаза и разрубить на 4 части. Ошпарить кипятком, промыть, залить холодной водой и довести до кипения, убавив огонь, варить в течение 1 часа. Образующуюся на поверхности бульона пену удалять, каждый раз добавляя 1 ложку холодной воды. После окончания варки куски головизны осторожно вынуть, отделить мякоть от хрящей, хрящи вновь залить водой и варить до размягчения. Полученный бульон процедить.

Далее щи варить так, как и мясные щи из квашеной капусты. В тарелку положить кусочки вареной головизны, хрящи, залить их щами, добавить сметану, зелень петрушки или укропа.

Щи наваристые с грибами

5–6 белых сушеных грибов, остальные продукты те же, что и для щей из квашеной капусты

Из сушеных грибов сварить грибной бульон. Отваренные грибы вынуть из бульона и нарезать кубиками. Квашеную капусту потушить с кореньями и луком обычным способом и вместе с нарезанными грибами, пассерованной мукой, перцем, лавровым листом и солью положить в кипящий грибной бульон. Через 5-10 мин щи готовы. Их подают со сметной и измельченной зеленью петрушки или укропа.

Борщи

В отличие от щей это блюдо не является исконно русским. В Россию оно, по всей вероятности, пришло с Украины. Первоначально борщом называли похлебку из борщевика (растение семейства зонтичных с острыми пористыми листьями). Сегодня многие его считают сорным и не догадываются, какую роль оно сыграло для появления в нашем меню одного из самых любимых кушаний.

Вкус борщевика в наше время мало кому знаком, а борщ теперь готовят из свеклы и капусты. При этом свекла служит одним из основных его компонентов.

Наряду со свежей, для борща используют и квашеную свеклу. Квасят не только корнеплоды, но и свекольную ботву.

В старину борщ готовили на свекольном квасе. Делали это примерно так. Свекольный квас разбавляли водой, смесь заливали в глиняный горшок или чугунок и доводили до кипения. В кипяток клали нарезанные свеклу, капусту, морковь и другие овощи и ставили горшок в печь. Сваренный борщ солили, заправляли жаренным на сале или растительном масле репчатым луком, чесноком, толченым свиным салом. Другими словами, клали в борщ ту заправку, которая была в доме.

В богатых домах борщ варили с мясом. Однако это было скорее исключением, чем правилом. Часто и сало, по бедности, клали лишь для видимости. По этому поводу в народе говорили: «Из сала не велика слава, только блеск».

Вообще же в старину, впрочем точно так же, как и в наши дни, каждая хозяйка варила борщ на свой манер и из тех продуктов, какие были в доме, добавляя в него мясо, сало, чеснок и массу всякой всячины.

Блюдо это стало настолько популярным в России, что в некоторых районах его едят чуть ли не три раза в день. Не отсюда ли пошло слово «переборщить», т. е. перейти меру? Особенно любим борщ на Кубани, Дону и в других южных районах страны. Готовят борщи в течение всего года. Зимой в основном варят борщи, которые употребляют горячими, а летом предпочтение отдается холодным борщам.

Традиционным это блюдо стало в меню почти всех ресторанов, столовых, во многих кафе.

Борщ — красивое блюдо. Он имеет, как правило, яркий красноватый цвет. Вкус его кисло-сладкий, что достигается за счет использования лимонного сока (уксуса, кислого кваса) и сахара. К борщам обычно подают сметану, ватрушки с творогом,

крупеник, пампушки с чесноком, пирожки с мясом.

Предлагаем запомнить

Существует несколько способов кулинарной обработки свеклы для борща:

Тушение свеклы. Свеклу очистить, вымыть, нарезать соломкой или ломтиками, положить в кастрюлю с топленым свиным салом (или животным маргарином) и прогреть. Налить в кастрюлю бульон (15–20 % массы свеклы), положить томат-пасту или свежие помидоры, уксус, сахар, накрыть крышкой и тушить 1,5–2 часа, периодически помешивая.

Если свекла имеет очень яркую окраску, уксус можно не добавлять. Иногда свеклу тушат с овощами и капустой.

Пассерование свеклы. Нарезанную свеклу вместе с морковью и луком сложить в глубокую посуду с разогретым топленым салом и другим животным жиром, накрыть крышкой и прогреть на слабом огне, периодически помешивая, до полуготовности. Затем влить уксус, положить томат-пюре или свежие помидоры, сахар и прогреть еще 10–15 мин.

Этот способ, по нашему мнению, более рациональный, так как способствует лучшему сохранению аромата и цвета борща, экономит время. Однако тушеная свекла в борще более вкусная. Выбирайте сами.

Борщ домашний

Две крупные свеклы, 200–250 г белокочанной свежей или квашеной капусты, 1–2 морковки, 1 корешок петрушки, 1–2 луковицы, 1 столовая ложка томата-пюре или 2 свежих помидора, 2 столовые ложки жира (лучше свиного сала), 100 г шпика, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, соль по вкусу, 1 1/2-2 л мясного бульона или воды, зелень петрушки или укропа, 1/2 ст. сметаны.

В кипящий бульон или воду положить нашинкованную шашечками свежую капусту и варить 10–15 мин. Свеклу потушить или спассеровать с овощами, томатом-пюре, сахаром, уксусом, положить в бульон и варить до готовности. За 5 мин до окончания варки заправить борщ чесноком, растертым с салом, и кусочки шпика. Если капуста квашеная, ее тушат и кладут в борщ вместе со свеклой. За 5–7 мин до окончания варки борщ можно заправить мучной пассеровкой (1 столовая ложка муки),

разведенной бульоном. Это сделает борщ более густым. В тарелку с борщом положить сметану, зелень петрушки или укропа.

При желании борщ можно сварить и с картофелем. В этом случае две картофелины нарезают брусочками и закладывают в борщ вместе с капустой.

Борщ московский

100–150 г свинокопченостей, 1 столовая ложка сливочного масла, остальные продукты, как для борща домашнего (кроме жира). Для мясного набора на 4 порции: 120 г говядины (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка), 80 г копчено-вареного окорока (со шкуркой и костями), 2–3 сосиски

В мясном бульоне сварить свинокопчености, бульон процедить и вскипятить. Далее сварить борщ, как описано в предыдущем рецепте.

Вареное мясо, окорок, сосиски нарезать кусочками и опустить в кипящий борщ за 5-10 мин до окончания его варки.

В тарелку с борщом положить сметану, зелень. К борщу подать ватрушки с творогом.

Борщ с черносливом и грибами

120 г вареного чернослива, 5–6 белых сушеных грибов, остальные продукты, как для борща домашнего.

Сушеные грибы залить водой и оставить в ней на 10–15 мин, затем несколько раз промыть. Налить в кастрюлю 1,5 л воды, положить туда же грибы и оставить на 3–4 час для набухания. В этой же воде сварить грибной бульон. Грибной отвар процедить, а грибы нарезать кусочками. На грибном бульоне приготовить борщ, как описано в рецепте «Борщ домашний». Вымыть чернослив, заложить в борщ вместе с тушеной свеклой. Вареные грибы положить в борщ вместе со специями.

Готовый борщ подавать со сметной и зеленью.

Борщ по-старинному

400 г грудинки, 200 г копченого гуся, 1 сырая свекла, 100 г свиной копченой грудинки, 150 г кореньев (петрушки, сельдерея), несколько зубчиков чеснока, 300 г квашеной свеклы, 200 г свежей капусты, 1 луковица, 50 г свиного шпика, соль, перец по вкусу, зелень петрушки или укропа, 2 л кваса, 1/2 ст. сметаны.

Сложить в большой горшок или кастрюлю нарезанные кусками сырую говяжью грудинку, гуся, свиную грудинку,

квашеную свеклу вместе с соком, нарезанную в произвольной форме капусту, нашинкованные коренья, лук и залить все квасом. Сюда же добавить натертую на терке сырую свеклу, выдержанную в воде в течение трех дней. Все посолить, поперчить и поставить кастрюлю на огонь. Образующуюся пену снять. Когда пенообразование прекратится, поставить кастрюлю в разогретую духовку и варить борщ в течение 4 час, периодически помешивая.

Перед окончанием варки добавить в борщ чеснок, растертый со шпиком, сметану. К борщу подать пшеничную кашу.

Квашеная свекла готовится так: свеклу очищают от кожицы, нарезают тонкими ломтиками, складывают в стеклянную банку, заливают кипяченой водой, закрывают банку крышкой и оставляют в холодильнике на 2 недели.

Борщ сибирский

2 крупные свеклы, 150–200 г свежей или чуть меньше квашеной капусты, 1 картофелина, 3 столовые ложки фасоли, 1 морковка, 1 луковица, 1 столовая ложка томата-пюре, 1 столовая ложка свиного топленого сала, 3–4 дольки чеснока, 1 столовая ложка сахара, 1? л бульона или воды. Для фрикаделек: 200–250 г говяжьего мяса,? луковицы, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 яйцо, 2 столовые ложки воды или молока.

Фасоль перебрать, промыть, залить холодной водой и варить на слабом огне в закрытой кастрюле до размягчения.

В кипящий бульон или воду положить картофель, нарезанный кубиками, и варить 10–15 мин. Добавить тушеную свеклу, пассерованные овощи. За 5-10 мин до окончания варки положить вареную фасоль, сахар, специи, чеснок, растертый с солью.

Подготовленное для фрикаделек мясо прокрутить 2 раза через мясорубку вместе с луком, слегка обжаренным в жире. В фарш добавить сырое яйцо, соль, перец, холодную воду и хорошо все перемешать. Из этой массы скатать в форме небольших шариков фрикадельки. Положить их в борщ за 10–15 мин до окончания варки.

Борщ сборный

200 г говядины, 100 г ветчины, 200 г гусятины, 200–250 г свежей капусты, 2 средние свеклы, 1 столовая ложка муки, 1 луковица, 1/2 ст. сметаны, 1 столовая ложка сливочного масла.

Уложить мясные продукты в кастрюлю и залить их водой так, чтобы ее объем в два раза был больше мяса. Поставить кастрюлю на огонь и варить до полуготовности. Свеклу мелко нашинковать

или натереть на крупной терке и обжарить на сливочном масле до полного размягчения. Перед концом обжарки добавить в свеклу лук и ложку муки, смешанной с бульоном, хорошенько перемешать и прогреть. В кипящий бульон положить крупно нашинкованную капусту, через 10–15 мин добавить свеклу и варить до полного размягчения продуктов. Перед концом варки в борщ можно положить сметану.

Борщ с кислым молоком

2 средние свеклы, 200–300 г капусты, 1/2 ст. кислого молока, 1 луковица, 2 морковки, 1 картофелина, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка томата-пюре, 3–4 корня петрушки, соль, лимонная кислота по вкусу, пучок укропа или петрушки, 1? л воды.

Картофель очистить, разрезать пополам, залить двумя стаканами горячей подсоленной воды, отварить. Затем остудить и протереть вместе с отваром. Капусту, морковь, свеклу, лук, коренья петрушки измельчить, положить в кастрюлю, добавить томат-пюре, сахар, залить картофельной смесью и потушить 20–25 мин. Добавить до нормы воду, довести до кипения, снять с огня, влить растительное масло и лимонную кислоту (сок). В тарелку с борщом добавить кислое молоко и рубленый укроп или Петрушку.

Борщ с жареными карасями

400 г рыбной мелочи, 600 г карасей, 2 средние свеклы, 2 луковицы, 250–300 г свежей капусты, 3 столовые ложки растительного масла, 1 ст. пшеничной муки, 1 столовая ложка 3 %-ного уксуса, пучок укропа,? ст. сметаны, соль по вкусу.

Нашинковать свеклу, капусту, лук и обжарить с растительным маслом до размягчения. За 10 мин до окончания пассеровки развести 1 столовую ложку муки с 3 столовыми ложками горячей воды и смешать с овощной смесью. Из мелкой рыбы (ершей, окуней, красноперок или другой) сварить бульон. Процедить через марлю, рыбу выбросить. Бульон довести до кипения и выложить в него пассерованные овощи. Далее варить, как борщ домашний.

Карасей очистить, если они крупные, нарезать кусками, посолить, обвалять в муке и немного обжарить на растительном масле. Жареных карасей опустить в борщ за 5 мин до окончания варки, влить ложку уксуса, посолить.

В тарелку с борщом положить сметану и зелень.

При желании этот борщ можно дополнить сельдью. Для этого сельдь вымачивают в хлебном квасе или молоке, обваливают в муке, поджаривают на сливочном масле. Обжаренную сельдь опускают в кипящие щи вместе с карасями. Этот борщ — на любителя.

Борщ со свекольной ботвой

400 г молодой свеклы с ботвой, 1 картофелина, 2 морковки, 2 корня петрушки, 1 луковица, 2 помидора, 200 г кабачков, 2 столовые ложки сливочного масла, 1/2 ст. сметаны, пучок укропа, специи, 1? -2 л воды или бульона.

Свеклу и морковь нарезать ломтиками, картофель — брусочками, кабачки — кубиками, лук — полукольцами. Свеклу, морковь и лук обжарить на масле в течение 10–15 мин. Листья свекольной ботвы хорошо промыть и разрезать на части, помидоры нарезать ломтиками. Положить спассерованные овощи в кипящий подсоленный бульон, дать бульону вновь закипеть, добавить листья свекольной ботвы, картофель, соль по вкусу, специи и варить 15–20 мин. За 8-10 мин до окончания варки опустить в суп кабачки и нарезанные дольками помидоры.

В тарелку с борщом положить сметану и зелень.

Рассольники

Этот суп готовят обычно на огуречном рассоле с солеными огурцами. Интересно, что лет сто назад рассольником называли не суп, а…п ирог. В одной из записных книжек Н.В. Гоголя читаем: «Рассольник — пирог с курицей, гречневой кашей, в начинку подливается рассол, яйца рубленые». Явление, когда одни и те же названия через столетия кочуют от одних блюд к другим, как мы уже убедились, нередкое в русской кухне.

Само название «рассольник» происходит от слова «рассол», которое означает раствор соли или жидкость, образовавшаяся при солении огурцов, квашении капусты и других овощей и ягод.

Русские издавна питали определенное пристрастие к рассолу и не только к огуречному, а многим другим: капустному, грушевому, вишневому, арбузному, яблочному, дынному и др.

В меню русских было много блюд, где в качестве основных или второстепенных компонентов использовались разные рассолы. В богатых домах, где обеды или ужины состояли из нескольких перемен, одна из них называлась рассольной. П.И. Мельников-Печерский в книге «В лесах» пишет: «Новая перемена явилась на стол — блюда рассольные». Рассольным в старину называли припущенную в рассоле рыбу.

Особенно широко использовался огуречный рассол. Его употребляли не только в пищу, но и для других целей. Гончаров в «Обрыве» пишет: «Марфинька вытерла лицо огуречным рассолом, что делала обыкновенно от загара».

Чудесный огуречно-тыквенный рассол получался при засолке огурцов в тыквах. Считалось большим искусством правильно засолить продукт и получить хороший рассол. Русская пословица говорит: «У всякой соленщицы свой рассол».

Издавна огуречный рассол использовался русскими для приготовления различных жидких блюд. Назывались эти блюда по-разному: кальи, похмелки, солянки и, наконец, рассольники. Каждое из этих блюд имело свои особенности. Кальи, например, хоть и готовились на рассоле, но были в основном рыбными ухами. Похмелки же оправдывали свое предназначение «для похмелья» и всегда были кислыми, острыми, «чтобы снять хмель». Солянки с самого начала готовились густыми. Не случайно жареную капусту мы издавна называем тоже солянкой. А рассольник — это что-то среднее между кальей, солянкой и похмелкой.

Рассольники имеют умеренно острый кисловатый вкус и хорошо возбуждают аппетит. Они, конечно, менее популярны,

чем, скажем, щи и даже борщи, но тем не менее в России их готовят почти повсеместно.

Рассольники можно готовить с говядиной, свининой, бараниной, телячьей грудинкой, курицей и куриными потрохами, почками, говяжьим сердцем, а также с рыбой и сушеными грибами.

Перед подачей в тарелку с рассольником обычно кладут сметану, зелень. Отдельно подают расстегаи с рыбой.

Предлагаем запомнить:

Огурцы для рассольника следует припускать так.

Срезать с огурцов кожицу и варить ее отдельно в бульоне. Этот отвар добавить в рассольник. Очищенные огурцы разрезать вдоль (на четыре части), удалить из них семена и нарезать кусочками по 2–3 см. В маленькую кастрюлю положить огурцы, влить полстакана бульона, поставить кастрюлю на слабый огонь и припустить до полного размягчения.

Рассольник домашний

200 г свежей капусты, 3–4 средних картофелины, 1 морковь, 2–3 корня петрушки, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 2 средних размеров огурца, 2 столовые ложки сливочного масла, полстакана огуречного рассола, 2 л воды или бульона, соль, перец, лавровый лист по вкусу.

Этот рассольник готовят на мясном бульоне с говядиной, бараниной, сердцем, курицей, уткой, а также вегетарианский. Расход мясных продуктов составляет 500–600 г.

Петрушку, сельдерей, лук репчатый очистить, промыть, нашинковать соломкой или в виде лапши и обжарить с маслом. Соленые огурцы припустить в бульоне. Картофель нарезать брусочками или дольками, капусту белокочанную — соломкой. В кипящий мясной бульон положить капусту, после возобновления кипения — картофель, а через 5–7 мин — пассерованные овощи и припущенные огурцы. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль, перец, лавровый лист и по вкусу другие специи, заправляют огуречным рассолом.

Рассольник питерский

5–6 средних картофелин, стакан крупы (пшеничной, перловой, овсяной), 1 средняя морковка, 1 корень петрушки, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 средних размеров соленых огурца, столовая ложка томата-пюре, 1/2 ст. огуречного рассола,

соль, перец, лавровый лист по вкусу, бульон или вода 2 л.

Рассольник готовят на мясном бульоне с различными мясными продуктами (500–600 г), вегетарианский, со свежими или сушеными грибами (5–6 шт.).

Крупу перебрать, хорошо промыть, залить тремя неполными стаканами кипятка, поставить на слабый огонь и распарить до размягчения. Отвар слить, а крупу промыть. Картофель нарезать брусочками, морковь и петрушку — ломтиками, лук — полукольцами. Коренья и лук обжарить на масле, добавив томат-пюре. Огурцы подготовить, как для рассольника домашнего. В кипящий бульон положить крупу и варить до готовности. За 15–20 мин до окончания варки добавить картофель, пассерованные коренья, огурцы. В конце варки рассольник заправить огуречным рассолом, солью по вкусу.

Рассольник московский с почками

250–300 г говяжьих почек, 4–5 корней петрушки, 2 корня сельдерея, 1–2 луковицы, 2 морковки, 80 г щавеля, 80 г зеленого салата, 2 средних соленых огурца, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 ст. сливок или молока, 1 яйцо, 2 л воды или бульона, пучок петрушки или укропа

С говяжьих почек снять жир вместе с пленкой, прорезать их до половины и положить в холодную воду на 2–3 час.

Если почки бараньи, свиные или телячьи, то вымачивать их не надо.

Подготовленные почки положить в кастрюлю, залить холодной водой, нагреть до кипения и варить 5-10 мин. Затем воду слить, почки промыть холодной водой, вновь залить двумя литрами воды и варить до их полного размягчения. Бульон процедить и использовать для приготовления рассольника.

Коренья петрушки, пастернака и сельдерея, лук и морковь нашинковать соломкой и обжарить с маслом. Огурцы припустить. В кипящий бульон положить пассерованные овощи, припущенные огурцы и варить 5-10 мин. Добавить нарезанные листья щавеля и салата, соль, перец, лавровый лист, огуречный рассол по вкусу и варить до готовности. Приготовить льезон. Для этого яйцо хорошо размешать со сливками или молоком.

В тарелку с рассольником положить по вкусу 1–2 столовые ложки льезона и зелень.

Рассольник из гусиных потрохов

Гусиные потроха (одного гуся), 300 г бараньей грудинки,

остальные продукты, как для «Рассольника домашнего».

Гусиные потроха опалить, вымыть в холодной проточной воде. Шейку разрезать на 4 части. Залить потроха и баранью грудинку водой и сварить бульон. Когда бульон сварится, мясопродукты вынуть и нарезать на кусочки. В бульоне же сварить рассольник по рецепту «Рассольник домашний».

Рассольник дальневосточный

200–250 г морской капусты, 4–5 картофелин, 2–3 корня петрушки, 1 луковица, 2 соленых огурца, 2 столовые ложки сливочного масла, 1? л бульона или воды.

Картофель, коренья и лук нарезать брусочками. Огурцы припустить в бульоне. Морскую капусту отварить, охладить, нарезать соломкой и обжарить вместе с кореньями и луком. Далее готовить, как «Рассольник домашний».

Рассольник Новотроицкий

15 ершей, 400 г судака, 400 г свежей (свежемороженной) осетрины, 400 г соленой рыбы (севрюга, осетрина, белуга), 10–15 раков, 4 корня петрушки, 5 соленых огурцов, 2 столовых ложки муки, огуречный рассол, соль, перец по вкусу, 1 столовая ложка томата-пюре, 1 пучок укропа.

Ершей сложить в марлю, завязать ее в узелок и опустить в кастрюлю с водой. Добавить корень петрушки, соль и сварить уху. Когда уха сварится, удалить из нее марлю с ершами и процедить. Затем сварить в ней порционные куски крупной рыбы. Сваренную рыбу переложить в холодную подсоленую воду. Соленую рыбу сварить отдельно.

В разогретой кастрюле обжарить муку, развести ее горячим огуречным рассолом, довести до кипения, добавить рыбный бульон и еще раз вскипятить. Затем положить в кастрюлю гарнир: куски отваренной рыбы, припущенные с томатом до мягкости огурцы, вареные раковые шейки.

В тарелки с рассольником положить укроп.

Этот рецепт мы привели в познавательных целях, так как купить в магазине указанную рыбу не просто.

Солянки

Солянкой в русской кухне обычно называют густой суп, приготовленный на очень крепком мясном, рыбном или грибном отваре с острыми пряными приправами. Однако в народе в ходу под таким названием и жареная капуста.

Слово «солянка» стало употребляться не так давно. Еще в прошлом веке этот суп назывался «селянка», т. е. крестьянская еда, представляющая собой горячую похлебку с мясом, капустой, луком, огурцом. Селянка как бы соединила в себе компоненты щей (капуста, сметана) и рассольника (соленые огурцы, рассол).

Со временем кисло-солено-острая основа этого блюда значительно усилилась за счет добавки таких приправ, как маслины, каперсы, лимон, хлебный квас, соленые или маринованные грибы. В результате блюдо стало более соленым и острым и, возможно, как следствие этого, изменилось его название.

Солянки в России готовят трех видов: мясные, рыбные, грибные. При этом в состав супа включают самые разные виды мясных и рыбных продуктов. Кстати, отсюда и еще одно значение слова «солянка», т. е. мешанина, неразбериха. Рассказывают, что это название появилось в те далекие времена, когда по большим праздникам в деревнях готовили суп для всех жителей. И каждый приносил те продукты, которые у него имелись. Все это складывалось в один общий котел и таким образом трудно было разобрать в еде, что, сколько и кто принес. Не беремся подтверждать достоверность этого поверья, но сегодня русские люди называют солянкой всякую смесь из разных компонентов (овощи, мясо, рыба и др.).

Предлагаем запомнить:

Разнообразные мясные и рыбные продукты, свежие и сушеные грибы, используемые в солянках, варят в концентрированных бульонах.

Соленые огурцы для солянок припускают тем же способом, как и для рассольников.

Репчатый лук в солянках, как правило, пассеруют с томатом-пюре.

У оливок удаляют косточки.

Если в супе используется лимон, то его очищают от цедры и нарезают кружочками.

Солянка московская

200 г свежей семги, 200 г свежего судака, 200 г свежей (или соленой) осетрины, 500 г оливок, 2 столовые ложки томата-пюре, 3–4 белых маринованных гриба, 2–3 соленых огурца, 1 луковица, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка муки,? лимона, 15–16 маслин, 1 ст. огуречного рассола, 1 столовая ложка каперсов, черный перец горошком, лавровый лист, соль по вкусу, пучок укропа или петрушки, 4 кружка лимона, 2 л рыбного бульона.

Мелко нарубленный лук положить в кастрюлю и обжарить на масле. Всыпать в эту же кастрюлю муку, влить бульон и огуречный рассол, хорошенько перемешать и довести до кипения. Затем добавить нашинкованные грибы, каперсы, оливки (без косточек), лавровый лист, перец и снова довести до кипения. Положить в кастрюлю ошпаренные куски подготовленной рыбы, припущенные с томатом-пюре и сливочным маслом огурцы и варить до готовности рыбы на слабом огне.

Солянка должна иметь светлый, слегка красноватый бульон, острый вкус, запах рыбы и пряностей. В тарелки раскладывают по куску каждого вида рыбы, заливают их супом, добавляют кружок лимона и рубленую зелень укропа или петрушки, маслины. К солянке хорошо подать расстегаи с рыбой.

Семгу, судака, осетрину можно заменить свежей рыбой, которой вы располагаете, но разных видов.

Мясная солянка

800 г говядины, 150 г телятины, 150 г курятины, 100 г ветчины, 2 сосиски, 1 морковка, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки сливочного масла, 2 соленых огурца, 10 соленых рыжиков, 10–12 оливок, 1 столовая ложка каперсов, 1 ст. густой сметаны, лавровый лист, перец, соль по вкусу, 2 л воды.

Сварить бульон из мяса с кореньями, лавровым листом и черным перцем. Мясо вынуть из кастрюли и использовать для другого блюда. В этом же бульоне сварить курицу, телятину, ветчину, сосиски. Курицу нарубить на мелкие кусочки, ветчину и сосиски нарезать очень мелко и снова положить в бульон. На сливочном масле обжарить с мукой мелко нашинкованную луковицу, развести бульоном и влить в кастрюлю с солянкой. Затем положить в солянку припущенные огурцы, мелко нарезанные рыжики, а также оливки и каперсы. Довести до кипения и, убавив огонь, варить 10–15 мин. За 1–2 мин до окончания варки добавить сметану. Курицу можно класть в солянку, предварительно обжарив в масле.

Один из поваров, намучившись с приготовлением этой

солянки, в сердцах сказал, что никто из хозяек ее готовить не станет. Но ведь в старину готовили и очень хвалили. Поэтому предлагаем вам набраться терпения и сотворить это кулинарное чудо, если, конечно, удастся закупить все необходимые продукты.

Солянка донская

250–300 г осетрины, 300–350 г головизны, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 2 соленых огурца, 1 столовая ложка каперсов, 10–12 маслин, 2–3 свежих помидора, 1 столовая ложка томата-пюре, 2 столовые ложки сливочного масла, 1,5–2 л рыбного бульона, соль, перец по вкусу, 1/2 лимона.

Сварить из головизны концентрированный рыбный бульон и процедить. Морковь нарезать кружочками, а лук — кольцами и обжарить на сливочном масле, добавив в конце томат-пюре. В кипящий бульон положить подготовленные овощи, ошпаренные порционные куски осетрины, припущенные соленые огурцы, каперсы и варить до готовности рыбы. За 5-10 мин до окончания варки опустить в солянку нарезанные кружочками свежие помидоры, соль, перец. В тарелку кладут куски осетрины, нарезанную головизну, маслины, кружочек лимона и мелко нарезанную зелень петрушки или укропа.

Уха

Ухой или вологой когда-то называли самые разные отвары из мяса, птицы, рыбы и даже сладкие супы. Так, в «Росписи царским кушаньям» среди прочих блюд встречается «уха сладкая с сахаром». Сегодня такой контекст для ухи кажется странным и вряд ли кому понравится, если в рыбный бульон вместо соли добавить сахар. Однако в данном случае под ухой подразумевается наверняка не рыбный бульон, а какой-то отвар, который хорошо сочетается с сахаром. Правда, когда-то и картошку ели не с солью, а с сахаром. Что же, вкусы меняются.

Но так или иначе, универсальное значение слова уха просуществовало в русской кухне довольно долго. Во всяком случае в «Лексиконе» Поликарпова, вышедшем в 1704 году, слова «уха», «подливка», «жижа» даются как синонимы.

Со временем, вероятно под влиянием французской кухни, мясные отвары получили название «бульон» и ухой стали называть в России только рыбный суп, а точнее, отвар из свежей рыбы с приправами. Кстати, и до этого большинство видов ухи готовилось из рыбы. Так, в Домострое упомянуты налимья, стерляжья, окуневая и некоторые другие виды ухи из разных сортов рыбы. Вероятно, этим и объясняется, что слово «уха» закрепилось именно за рыбным отваром.

Существуют самые разные способы приготовления ухи «по-старинному». Так называемую «белую уху» варили с луком из ершей, окуней, судаков, сигов. В готовую уху клали куски вареных линей, сомов, язей, налимов. «Черная уха» варилась из головлей, жерехов, лещей, карпов, красноперок. В качестве пряностей для этой ухи использовали корицу, гвоздику, перец.

Самой знатной из всех была «красная уха» или, как ее еще называли, «янтарная». Для ее приготовления использовали наиболее ценные породы рыб: осетра, белугу, севрюгу, лосося и др. Приятный аромат блюду придавал также шафран.

Конечно же, эти виды ухи подавали главным образом на пирах. Причем было принято подавать не одну, а несколько разных видов ухи, а «меж ух пироги».

Наряду с уже названными, русская кухня знает еще десятки наименований ухи: рядовая, вялая, опеканная, пластовая и др. Любили полакомиться также наши предки чудской (псковской) ухой из снетков, ухой онежской из сущика (сушеных в русской печи мелких окуньков, ершей, снетков) с рыжиками.

О том, как готовили уху в XVIII веке, можно судить по следующему описанию, оставленному В. Левшиным: «Рыбу

выпотрошить, икру и молоки положить в горшок, а рыбу, если мелкая, класть целую, когда крупная — разрезать пополам или на несколько частей. Налить водой или отваром, вывареным из другой свежей мелкой рыбы; прибавить укропу, пастернаку, свежего или соленого лимону, муку, перцу и варить; подавать с размоченным попушником (род булочек — ред.) ломтиками».

Вообще, уха была одним их самых почитаемых супов как среди простого народа, так и у знати. По воспоминаниям знаменитого повара-француза, работавшего при дворах коронованных особ Европы, в том числе и при русском дворе, А. Карема, иной раз за этот суп русские купцы выкладывали по 300 рублей. Однако эти безумные деньги нельзя сравнить с теми колоссальными суммами, которые тратили на это угощение вельможи. Как рассказывал Карему бывший главный повар Александра I Г. Риккет, во время царствования Екатерины II князь Потемкин на обеде в честь императрицы распорядился подать чудо-уху из стерлядей непомерных размеров. Огромные рыбы, словно в озере, плавали в гигантской серебряной чаше. Эту чашу, видимо, специально изготовили для данного случая, она отличалась роскошной отделкой и изяществом. Внесли эту чашу двадцать четыре официанта, одетые в великолепные костюмы. Стоила уха 15 тысяч рублей серебром.

Что ж, присоединимся к восклицанию, которым Карем заканчивает свой рассказ: «О, Лукулл! Ты, великий римлянин, заказывал ли ты что-нибудь подобное по гастрономической части?!»

В конце XIX века под влиянием французской кухни в России начали готовить осветленную и обезжиренную уху — консоме (в ресторанах, конечно). В трактирах же продолжали варить ее жирной, наваристой, неосветленной. И, если на ее поверхности не было жира, добавляли растопленное сливочное масло. В этой связи вспоминаются известные строчки И.А. Крылова:

> Что за уха! Да как жирна:
> Как будто янтарем подернулась она.

Для «навару» в уху часто добавляли куриное мясо. Как писал П.М. Зеленко в книге «Поварское искусство», вышедшей в 1902 году, «прибавление курицы во время варки придает рыбному навару и много крепости и много вкусу». При этом рыбу не очищали от чешуи, «ибо, — читаем там же, — оскабливая рыбу, снимается драгоценная для бульона слизь».

Традиционно уху варили из разных пород рыб. Причем рыба подбиралась таким образом, чтобы получить определенное

количество бульона. Рыбная мелочь (ерши, окуни) придает бульону специфический дух и крепость, а благородные породы рыб (сиг, налим) сообщают ему «сладость» и «нежность».

Из одного вида рыбы (но какой!) варят, пожалуй, только «красную» уху. Отменным вкусом всегда славилась стерляжья уха. Помните, у А.С. Пушкина в «Евгении Онегине»:

Москва Онегина встречает
Своей спесивой суетой,
Своими девами прельщает,
Стерлъяжъей потчует ухой.

Сибиряки же любили «побаловаться» ухой из хариусов. К сожалению, авторам по вполне понятным причинам не доводилось попробовать это блюдо, но судя по всему, оно вряд ли кого могло оставить равнодушным. Во всяком случае, даже видавший виды набоб из «Горного гнезда», Мамина-Сибиряка «просветлел», когда на стол подали это кулинарное чудо.

С.Т. Аксаков в «Записках об ужении рыбы» утверждал, что уха из ершей — самая здоровая, питательная и вкусная пища.

Вообще же, как мы уже говорили, существует масса самых разных рецептов приготовления ухи. Так, на Севере варят уху молочную: в кипящее молоко кладут соль, очищенную мелкую рыбу, масло. На юге готовят уху с помидорами. Вот как рассказывает об этом писатель В. Солоухин: «Хорошо очищенную рыбу кладут в котел (ведро, кастрюлю) и начинают варить. Когда вода закипит, опускают в нее большое количество красных нарезанных помидоров. Через некоторое время помидоры вынимают, разминают в отдельной посуде. Отделяют кожицу и полученную красную горячую жижу опять вливают в котел с ухой. Таким образом, вся уха получается красного цвета».

Хорошо поесть ушицы на рыбалке. Где-нибудь на берегу Волги в районе Саратова, наловив рыбы, а в тех местах такая рыбалка, что без хорошего улова не уйдешь, развести вечером костерок, забить в землю по бокам его две рогатки, положить на них крепкую палку и на ней подвесить котелок, в котором приготовить варево из рыбы. И такой дух пойдет, когда поспеет уха, и уж нет терпения дождаться, когда снимут ее с огня.

Научиться готовить уху несложно, поэтому здесь мы опишем лишь несколько наиболее характерных рецептов. В остальном же все зависит от вашей фантазии и продуктов, которыми вы располагаете.

Предлагаем запомнить

Качество воды для ухи имеет первостепенное

значение.

Если рыба предназначена для получения крепкого бульона, закладывать ее лучше в холодную воду. Наоборот, в кипяток кладут рыбу, имеющую в блюде самостоятельное значение.

Если варят мелкую и крупную рыбу, то вначале в холодную воду опускают мелочь, доводят до кипения, проваривают и только после этого кладут крупные куски.

После того, как бульон для ухи сварен, его следует процедить.

Уха рыбацкая

400 г рыбной мелочи (ерши, окуни и др.), 200–250 г судака, 200–250 г налима, 5–6 мелких картофелин, 2–3 мелкие луковицы, 1 корень петрушки, 10–12 горошин перца, пучок петрушки или укропа, лавровый лист, соль по вкусу, 2 л воды.

Мелкую рыбу выпотрошить, положить в марлю, которую завязать узлом. Залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, добавить нарезанную петрушку, лук (целиком), соль, лавровый лист и продолжать варить примерно 1 час при слабом нагреве.

В котел залить холодную воду, опустить в нее марлевый узелок с рыбой и подвесить над огнем. Когда вода закипит, удалить пену и после этого добавить нарезанные коренья петрушки, луковицу, лавровый лист, перец и варить все в течение 30 мин. Затем марлю с рыбой вынуть, а в кипящий бульон положить нарезанный дольками картофель и варить до полной его готовности. За 15 мин до окончания варки в котелок с ухой опустить подготовленные порционные куски рыбы.

В миску с ухой положить мелкорубленую зелень петрушки или укропа.

Уха из налима

1 налим (500–600 г) желательно с молокой, 2–4 столовые ложки муки, 1 яйцо, 2 луковицы, 5–7 горошин перца, лавровый лист, 1 морковка, 1 корень петрушки, перец молотый, 1 столовая ложка каперсов, 1 столовая ложка сливочного масла, 10 маслин, 1/2 лимона, 2 л воды.

Рыбу выпотрошить (отложив молоку и печень), вымочить и осторожно снять с нее кожу. С костей соскоблить мякоть и положить ее в тарелку. Голову, кости, хвост и плавники налима

положить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения и варить 15–20 мин с целой луковицей, лавровым листом, перцем (горошком), мелко нарезанными корнями моркови и петрушки. Затем бульон хорошо процедить в другую кастрюлю. Мякоть налима пропустить через мясорубку, смешать с мукой, сырым яйцом, посолить, поперчить. Должна получиться густая пластичная масса. Скатать из этой массы валик толщиной 3 см и опустить его на 5 мин в кипящий бульон. Вынуть шумовкой, дать ему остыть и нарезать кружочками. В бульон опустить молоку, печень налима и сварить их. За 3 мин до готовности опустить в кастрюлю кружки из рыбной мякоти, ложку каперсов и сливочное масло. В тарелку с ухой положить маслины, кружок лимона.

Существуют самые разные рецепты приготовления ухи из налимов. Вот, например, как вкусно описал это кушанье Д.В. Каншин в журнале «Наша пища» за 1891 год.

«Уха из налимов вполне сезонное кушанье особенно в Петербурге, где во второй половине декабря идет сильный лов этой рыбы по берегам обеих Охт. В это время зачастую встретишь на дворах петербургских домов охтянок с корзинками, в которых находится по нескольку свежепойманных налимов, и налимы эти, довольно крупных размеров, можно купить за 50–60 копеек, а меньших размеров, много дешевле. Петербургские налимы отличаются очень вкусным мясом, что вообще бывает у этой рыбы, если она поймана в быстрой реке, причем у них отсутствует тот неприятный запах, который напоминает тину. Этот запах присущ налимам, пойманным в стоячей воде, а если еще при этом дно илистое, то вкус налима и еще хуже. Из свежих налимов при потрошении их вынимают внутренности и собирают печени отдельно. Когда уха из налима готова, то мясо налима может быть отставлено, если есть для ухи другая более вкусная рыба. Такою рыбою в данном случае будут "кабацкие" ерши. Ершей этих ловят в С.-Петербурге на взморье, около кабачка, находящегося на половине зимнего пути из Петербурга в Кронштадт. В этом месте на дне взморья есть котловина, славящаяся тем, что в ней ловят особенно крупных ершей и ерши эти бывают до 6 вершков. Кабацких ершей кладут в готовую уху и подают с ними, а если были ерши мелкие, то следует поступать наоборот, т. е. выварить в ухе ершей и, оставив их, положить в нее куски налима, и при этом налима не вываривать, а сварить впору, чтобы он сохранил весь свой вкус».

Подавать при ухе мадеру, лимон и петрушку — это обман или уловка, к которой прибегают, чтобы замаскировать, отбить вкус тины и ила от рыбы, пойманной не в быстрой реке.

Уха макарьевская приказчичья

1 налим, 2 стерляди, по 2 корня петрушки и сельдерея, 2 луковицы, корица, гвоздика по вкусу, 1/2 ст. мадеры, соль по вкусу, 2 л воды, несколько ломтиков пшеничного хлеба, 1 лимон.

Луковицы нашпиговать корицей и гвоздикой, коренья петрушки и сельдерея мелко нарезать, уложить в кастрюлю и залить холодной водой. Воду довести до кипения и опустить в нее куски стерляди и налима. Хорошо проварить до готовности рыбы и снять с огня. Влить в кастрюлю 1/2 ст. мадеры (можно меньше, по вкусу), искрошить пшеничный хлеб и, добавить нарезанный кружками лимон.

В прежние времена в кастрюлю, где варилась эта уха, ставили бутылку мадеры, которая прогревалась таким образом в течение всего процесса приготовления. На стол уху подавали вместе с мадерой.

Уха ростовская

200 г судака, 400 г рыбной мелочи, 4–5 картофелин, 1 корень петрушки, 1 большая луковица, 3–4 помидора, 1 столовая ложка сливочного масла, пучок петрушки или укропа, лавровый лист, соль, перец горошком по вкусу, 2 л воды.

Из рыбной мелочи в марле сварить рыбный бульон, как для ухи рыбацкой. В кипящий бульон положить картофель и лук, нарезанные дольками. За 10–15 мин до окончания варки опустить в кастрюлю куски судака, затем нарезанные дольками помидоры и специи. Перед подачей уху заправить сливочным маслом, мелкорубленой зеленью петрушки или укропа.

Уха раковая

2 л крепкого рыбного бульона, 8 раков.

Для фарша: *200–300 г рыбного филе, 3–4 ломтика пшеничного хлеба, 1/2 ст. сливок, 2 яйца, 2 столовые ложки сливочного масла, соль, перец молотый по вкусу, 2 ложки ракового масла.*

Раков сварить в соленой воде, вынуть мякоть из раковых шеек и клешней, панцири очистить, промыть в воде и отложить в сторону. Рыбное филе и мясо из клешней рака пропустить через мясорубку вместе с размоченным в сливках хлебом, добавить сливочное масло, соль, перец по вкусу, вылить сырые яйца и хорошо перемешать до образования однородной густой массы.

Панцири раков наполнить рыбным фаршем, положить в кастрюлю, залить бульоном и проварить в течение нескольких

минут. Затем снять с огня, добавить в кастрюлю раковые шейки и раковое масло, дать немного настояться. В тарелку положить фаршированные раковые панцири и раковые шейки, залить бульоном, добавить зелень.

Правильно приготовленный раковый суп имеет прозрачный бульон, вкус рыбной ухи и запах раков.

Уха из ершей

700 г ершей, 1 луковица, 2–3 вареные картофелины, 1 яйцо, 1 столовая ложка сметаны, 100 г белых кореньев, 1 столовая ложка муки, лавровый лист, перец горошком, соль по вкусу, 2 л воды

Ершей вымыть в проточной воде, выпотрошить, посолить, снова вымыть и снять слизь. Уложить их в кастрюлю, добавить нашинкованный и слегка обжаренный лук, измельченные коренья (петрушки, сельдерея, моркови), перец и лавровый лист. Поставить кастрюлю на огонь и варить до тех пор, пока рыба полностью не разварится. Затем вынуть ее, откинуть на сито, сок из нее отжать в кастрюлю с ухой. Уху процедить и размешать с яичным желтком, растертым со сметаной. Затем заправить мучной пассеровкой, разведенной бульоном. Опустить в кастрюлю нарезанный ломтиками вареный картофель, довести уху до кипения и снять с плиты.

Калья

Готовят ее почти так же, как и уху, но в рыбный бульон добавляют огуречный рассол, огурцы, иногда свеклу, лимон (лимонный сок). В старинных кальях обязательным компонентом была икра (см. у В.И. Даля — «Похлебка из икры с солеными огурцами»).

Сейчас калья практически исчезла из нашего меню и многие хозяйки не только не знают, как ее варить, но и названия такого не слышали.

Холодные супы

Одной из характерных особенностей русской кухни является обилие в ней разнообразных холодных супов. Исстари такие супы готовят в России на квасе. Пожалуй, одним из первых таких блюд была тюря: в квас (а иногда в подсоленную воду) добавляли хлеб (или сухари) с луком, иногда растительное масло — и тюря готова.

Тюря была весьма распространена в России, о чем свидетельствуют многочисленные источники. Увековечена тюря и в русском фольклоре: «Эх ты, тюря!» — говорили о вялом человеке. «Работник один в семье, а тюрщиков много». Особенно часто готовили тюрю на сенокосах и в страду.

Конечно же, о вкусовых и питательных достоинствах этого блюда говорить не приходится, так как ели его, безусловно, не от хорошей жизни. Сегодня тюря, как впрочем и многие другие малопитательные кушанья, почти забыта и сожалеть об этом не приходится.

Правда, некоторые кулинары предпринимают попытки возродить ту же тюрю, но особого успеха они здесь не добились.

Вот, например, один из рецептов тюри, который авторы книги «Еда — дело серьезное» предлагают читателям включить в свое меню.

Тюря «Хозяюшка»

3 ст. молочной сыворотки, 150 г ржаного черствого хлеба, 2 луковицы, 2 столовые ложки растительного масла, соль по вкусу.

В тарелку наливают молочную сыворотку, в нее добавляют очищенную и мелко нарубленную луковицу, кусочками нарезанный черствый ржаной хлеб, растительное масло, солят и подают к столу.

Конечно, интересно попробовать кушанье, которое ели наши предки в далеком прошлом, но наверняка этим многие и ограничатся, так как ничего привлекательного в этом «хлебове» отыскать нельзя.

Гораздо вкуснее и полезнее такие холодные русские супы, как окрошка, ботвинья, свекольник. Возраст этих блюд тоже довольно почтенный, но они продолжают прочно удерживать свои позиции на нашем столе.

Окрошка

Это обычно холодный суп на квасе, однако окрошку готовят и на кислых щах, на огуречном и капустном рассоле, на кислом молоке, молочной сыворотке и пахтанье.

Интересно, что еще в начале прошлого века окрошку подавали не как первое блюдо, а как закуску. Скорее всего, это связано с тем, что в ее состав входят различные овощи, которые вместе с резким кислым вкусом кваса являются превосходными возбудителями аппетита и служат поэтому хорошей закуской.

Само название блюда говорит о том, что входящие в него продукты измельчаются, т. е. крошатся. Наиболее предпочтительными компонентами окрошки из числа овощей являются огурцы, лук, отварной картофель, укроп; реже в окрошках используются репа, морковь, брюква, хотя не исключено и их присутствие. Иногда в окрошку добавляют зелень петрушки или сельдерея.

Кроме того, в окрошку добавляют мясные наборы, рыбу, грибы. Жирные сорта мяса и рыбы для окрошки не годятся, так как жир застывает в холодном квасе и придает кушанью неприятный привкус.

Важнейшим компонентом окрошки является хлебный квас, лучше домашнего приготовления, так как готовый квас, который продается в магазине, слишком сладкий. Приготовить квас для окрошки можно следующим образом.

Квас для окрошки

На 2 л кваса взять 80 г ржаного хлеба, 2 столовые ложки сахара, 3 г дрожжей, 12 стаканов воды.

Хлеб нарезать ломтиками и обжарить до образования темно-коричневой окраски. Залить горячей (80 °С) кипяченой водой и оставить настаиваться на 4 часа. Настой процедить, добавить сахар и дрожжи (предварительно разведенные водой) и поставить в теплое место на 8 часов. Готовый квас процедить и поставить в холодильник. Лучше готовить сразу 5-10 л кваса.

В квас для окрошки обычно добавляют растертые с горчицей, сахаром, солью и хреном (по вкусу) яичные желтки. Некоторые хозяйки пренебрегают этим, используя квас без добавок, и совершают большую ошибку. Окрошка получается пресная, без специфичной для этого блюда остроты.

Очень важно также квас с соответствующими добавками настоять в холодильнике. Это придаст кушанью аромат и улучшит вкус.

Чисто овощные окрошки перед подачей лучше заправить сметаной, а мясные и рыбные — растительным маслом.

Рецепт окрошки

1,5 л кваса, 2 яйца, 1 чайная ложка горчицы, 1 столовая (без верха) ложка сахара, хрен по вкусу, 2 свежих огурца, 150–200 г зеленого лука, пучок укропа, полстакана сметаны или 4 столовые ложки растительного масла.

Мясные наборы:

1. 200 г вареной говядины, 120–150 г вареной телятины, 100–150 г ветчины.

2. 150 г жареной мякоти дичи, 200 г жареной или отварной телятины.

3. 200 г вареной мякоти рыбы (лучше разных видов).

Сварить вкрутую яйца, остудить, отделить белки от желтков. Желтки положить в миску, где будет готовиться окрошка, растереть с горчицей, сахаром, солью и хреном (по вкусу) и смешать с половиной стакана кваса. Мясо мелко изрубить и положить в миску с заправкой. Туда же мелко искрошить огурцы, зеленый лук, белки яиц. Влить в миску 2 стакана кваса, хорошо, но осторожно размешать, слить в посуду с плотной крышкой и на 2–3 часа поставить в холодильник. Перед подачей влить в окрошку оставшийся квас. В тарелку с окрошкой положить ложку сметаны или растительного масла и зелень. Сметану нужно быстро и хорошо помешать, чтобы она не свернулась.

Овощи в окрошке могут быть самые разные (картофель, морковь, репа, редис и др.). Те из них, которые не употребляют обычно в пищу в сыром виде, нужно сварить. Все продукты мелко шинкуют. Огурцы в окрошке можно заменить отжатой от рассола мелко шинкованной квашеной капустой или солеными грибами.

Ботвинья и другие

Еще не так давно одним из любимых блюд летнего стола у русских была ботвинья. Когда-то считалось позором, если хозяйка плохо готовила это блюдо. На этот счет существовала даже такая пословица: «Какова Устинья, такова у ней и ботвинья». Если же кто-то начинал в чем-то оправдываться, ссылаясь на свои прежние успехи, ему говорили: «Толкуй Фетинья Савшина про ботвинью давешнюю».

В словаре В.И. Даля дается такое определение ботвиньи: «Ботвинья — холодное, обычно рыбное, кушанье на квасу с вареными травами (щавелем и др.), ботвою свеклы и мелко искрошенными овощами (огурцами, луком)».

Название «ботвинья» происходит от древнерусского слова «ботеть», т. е. толстеть: «Доботел, что в двери не лезет» (В.В. Даль). Однако это совсем не значит, что, съев тарелку ботвинья, вы обязательно прибавите в весе. Все объясняется тем, что от этого слова произошло название листьев (боты) съедобных растений с толстым корнем (свекла и др.).

В старину ботвинью готовили чаще всего из листьев свеклы, хотя русские крестьяне издавна широко использовали в пищу ботву и других распространенных огородных растений: спаржи, свеклы, хрена, моркови, репы, редьки, редиса, подсолнуха.

Вот описание ботвиньи по рецепту XVIII века: «Взять листьев свеклы свежих или сушеных, либо травы крапивы, разварить, отжать, мелко изрубить и развести квасом. Добавить сюда же крошеного лука, огурцов свежих или соленых, а когда угодно — вареной мелко нарубленной свеклы».

На протяжении веков ботвинья претерпевала изменения, ее популярность то росла, то падала. Особенно популярна ботвинья была в XIX веке, когда готовили ее, как правило, с вареной рыбой (белугой, севрюгой, судаком), к столу же подавали с ломтиками балыка осетровых пород и гарниром из огурцов, зеленого лука, крабов, укропа, хрена.

С.Т. Аксаков в «Семейной хронике» писал: «За ними (щами) следовала ботвинья со льдом, с прозрачным балыком, желтой как воск соленой осетриной и с чищенными раками…».

19 апреля 1834 года А.С. Пушкин пишет из Петербурга в Москву своей жене, как он угощал обедом своего брата, Льва Сергеевича: «Третьего дня сыграл я славную шутку со Львом Сергеевичем. Соболевский, будто ненарочно, завет его ко мне обедать. Лев Сергеевич является. Я перед ним извинился, как перед гастрономом, что, не ожидая его, заказал себе ботвинью да

beafsteaks. Лев Сергеевич тому и рад. Садимся за стол; подают славную ботвинью; Лев Сергеевич хлебает две тарелки, утирает осетрину…».

Как видим, ботвинью готовили и в доме А.С. Пушкина, и неплохо готовили, и поэт, видимо, любил это блюдо. Вообще готовили в доме А.С. Пушкина хорошо, и предпочтение отдавалось кушаньям русской кухни. Сошлемся лишь на два свидетельства.

Например, фрейлина двора А.О. Смирнова-Россет предпочитала обеды в доме А.С. Пушкина дворцовым трапезам. Она вспоминала: «Хотя летом у нас бывал придворный обед, я все же любила обедать у Пушкиных. У них подавали зеленый суп с крутыми яйцами, рубленые большие котлеты со шпинатом или щавелем и на десерт варенье из белого крыжовника».

Известный поэт, современник А.С. Пушкина, Н.М. Языков, проведший с Пушкиным полтора месяца в Михайловском в 1824 году, в стихотворении «К няне А.С. Пушкина», восхищаясь этой женщиной, отмечал, в частности, ее хлебосольство и кулинарные способности в приготовлении кушаний старинной русской кухни:

Как сладостно твое святое хлебосольство
Нам баловало вкус и жажды своевольство;
С каким радушием — красою древних лет —
Ты набирала на затейливый обед!
Сама и водку нам, и брашна подавала,
И соты, и плоды, и вина уставляла,
На милой тесноте старинного стола!

В нашем меню ботвинья — редкий гость. Виною этому является то, что многие о ней или вообще ничего не слышали, или знают только из художественной литературы. В современных же кулинарных книгах найти рецепты этого кушанья трудно. Забвению ботвиньи способствует и современная официальная кулинария, которая, по существу, исключила ее из меню даже первоклассных ресторанов, не говоря уже о столовых.

В «Альфа и Омега» всех поваров страны — «Сборнике рецептур блюд и кулинарных изделий предприятий общественного питания» — приведен лишь один рецепт ботвиньи, да и он настолько упрощен, что вряд ли заслуживает своего названия.

Не последнюю роль в исчезновении этого прекрасного блюда из нашего меню сыграл существующий ныне дефицит на белугу, осетрину, севрюгу, судака и другие «благородные» породы рыб.

Но как бы там ни было, ботвинья была и остается одной из

наиболее ярких жемчужин русской кухни. Ведь недаром ее называли королевой русских холодных супов. Возродить былую славу этого кушанья, отвести ему подобающее почетное место за нашим праздничным столом вполне реально и возможно.

Ботвинья

500–600 г свежей рыбы (семга, лососина, форель, судак, осетр и др.), 100–150 г ботвы молодой свеклы, 100 г шпината, 100 г щавеля, 100 г свежего корня хрена, 3 яйца, 4 свежих огурца, 100–180 г зеленого лука, 1 ст. раковых шеек, пучок укропа, 1 лимон, соль, перец, сахар по вкусу, 0,5 л хлебного кваса, 0,5 л яблочного кваса.

Сварить крупные куски рыбы до готовности, но не разваривая. Вынуть из бульона и остудить. Щавель, ботву свеклы и шпинат промыть и отварить до полного размягчения, откинуть на сито, протерев через него в миску, где будет готовиться ботвинья. Лук мелко нарезать, хрен натереть на мелкой терке, огурцы очистить от кожицы и измельчить, яйца сварить вкрутую, измельчить и выложить в ту же миску. Треть измельченных продуктов отложить, а в миску влить хлебный и яблочный квас, добавить соль, перец, сахар по вкусу и хорошо, но осторожно, перемешать. Острым ножом нарезать рыбу тонкими ломтиками и красиво уложить посередине овального блюда (ломтик к ломтику). Сверху на рыбу положить кружки лимона, веточку укропа. Кучками вокруг рыбы красиво уложить оставшиеся лук, яйца, огурцы, раковые шейки, хрен. При желании можно добавить сваренный «в мундире» охлажденный и нарезанный дольками молодой картофель. Разлить ботвинью в тарелки, положить в каждую из них кружки лимона и укроп, посреди стола поставить блюдо с рыбой.

Можно обойтись и без яблочного кваса, но тогда в пюре из ботвы, шпината и щавеля добавить цедру лимона. Огурцы для гарнира можно нарезать соломкой. Кроме вареной рыбы, на блюдо положить кусок белорыбьего балыка, нарезанный ломтиками.

В отдельной посуде подать пищевой лед, кроме того, положить лед в блюдо с рыбой.

Ботвинья с огурцами

600 г щавеля. 6 свежих огурцов, зеленый лук, укроп, 1/2 чайной ложки горчицы или 1 чайная ложка хрена, соль, сахар по вкусу, 1 1/2 л кислого кваса.

Щавель перебрать, вымыть, сварить в собственном соку и протереть сквозь сито. Свежие огурцы очистить от кожицы и нарезать кусочками. Горсть зеленого лука растереть с горчицей или хреном, солью и сахаром.

Все компоненты сложить в супницу и залить квасом. Отдельно в соленой воде с луком, пучком зелени, лавровым листом и перцем подать отварную лососину, мелко нарубленный лед.

Ботвинья будет значительно вкуснее, если в нее добавить стакан шампанского.

А вот какую ботвинью подавали в прошлом веке в собрании сельских хозяев в Петербурге. Ее автором является известный петербургский повар Л.К. Астафьев. Мы не льстим себя надеждой, что кто-то решится приготовить этот чудо-суп, но рецепт его приведем из чисто познавательных целей.

А чтобы подчеркнуть колорит этого кушанья, сохраним авторский стиль самого Астафьева.

Холодник «Собрание сельских хозяев»

Десятка два, три молодой свеклы, смотря по ее величине, сварить отдельно, очистить вареную от шкурки и, мелко изрубив, отставить.

Взять свекольника фунта два, сварить, изрубить и протереть сквозь мелкое сито.

Взять 30 штук крупных ершей, снять с них филеи, сварить отдельно и филеи и косточки и полученный бульон процедить. В этом же бульоне сварить осетрину, куском величиною фунта 2, взять еще 2 фунта лососины, сварить в том же бульоне, конечно, вынув предварительно осетрину. Прибавить к бульону желатину листков 10 (самого тонкого) и оттянуть бульон или икрой или двумя сырыми белками, которые предварительно размешать с тремя-четырьмя ложками холодной воды, влить в приготовленный рыбный бульон, вскипятить его до полного очищения, прибавить кроме того туда же или немного уксуса, или поллимона: кислота здесь нужна для улучшения пресного вкуса ланспика (студня).

Оторвав от сырых раков шейки, поставить их раз выкипеть, отставить, откинуть, очистить.

Процеженный сквозь салфетку бульон (ланспик) влить на дно шарлотницы или кастрюльки, имеющей устье шире дна. Дать застынуть ланспику, убрать дно красивым узором очищенными раковыми шейками, прибавив зеленых огурчиков, листьев укропа и вообще всего того, что может идти на украшение холодного

блюда. Положить по краям дна кастрюльки узором филейчики из ершей, пригоняя их внутреннею белой стороной наружу.

В середину положить нарезанные аккуратно ломтики лососины, залить ланспиком и этот второй ряд, дать застыть и так продолжать накладку рыбы в шарлотницу до ее наполнения, перекладывая рыбу рядами, т. е. ряд ершей, ряд лососины, ряд осетрины и т. д. Наполнив до краев шарлотницу, поставить ее на лед закрепнуть.

Оставленные каркасы от сырых раков истолочь мелко, мелко в ступе, процедить полученный от этих раков сок сквозь салфетку и поставить на горячую плиту. Дав выкипеть, протереть сквозь сито, развести полученное пюре тремя бутылками кваса и прибавить туда же протертый раньше свекольник, мелко изрубленную вареную свеклу, по вкусу горчицу, несколько нарезанных ломтиками свежих огурцов, очищенных от кожицы, немного укропу, приготовить из всего этого ботвинью (конечно, не забыв положить соли и сахару по вкусу и кусок льда). Выложить застуженный студень из рыбы на блюдо, обложить его крутом оставшейся частью рубленой свеклы, тертого хрена, резаных огурчиков, рубленого укропа, оставшимися раковыми шейками, уложить все это, как умеете, красивее и подать при ботвинье.

Свекольники

Следующей разновидностью холодных супов являются свекольники. Их готовят на свекольном отваре с добавлением кваса, а иногда — огуречного и капустного (кислой капусты) рассола.

Свекольный отвар готовят так: подготовленную и нарезанную свеклу заливают горячей водой (на 200 г свеклы 4 стакана воды), добавляют лимонную кислоту и варят в течение 10–15 мин. Отвар охлаждают, процеживают и хранят в холодильнике.

Свекольники обладают приятным, нежным вкусом и очень полезны. Они богаты минеральными веществами и сахарами. Свекольник внешне очень привлекателен. Особо красиво он смотрится, если в него аккуратно положить половину сваренного вкрутую яйца и ложку-две сметаны. Свекольники любят везде, но особенно на юге России. Похлебать холодненького свекольничка в жаркий день — одно удовольствие!

Свекольник постный

4–5 сухих гриба, 3 средних свеклы (отварные), 2 средних

картофелины (отварные), 2–3 соленых огурца, 100 г зеленого лука, пучок укропа, тертый хрен, сахар, соль, перец по вкусу, 1,5 л кваса, пол-ст. сметаны, 2 яйца

Грибы хорошо промыть, уложить в кастрюлю и залить водой так, чтобы они были только прикрыты. Варить под крышкой на небольшом огне. Когда грибы станут мягкими, мелко их изрубить, развести отваром (в котором они варились) и перелить в миску, где будет готовиться свекольник. Мелко искрошить в миску свеклу, картофель лучше потереть на терке, соленые огурцы (очень мелко), зеленый лук, укроп, заправить солью, перцем и тертым хреном, по желанию добавить сахар и залить холодным квасом. В тарелку со свекольником положить ложку сметаны, половину вареного яйца.

Свекольник с кефиром

2 средние свеклы (отварные) 2 средних картофелины (отварные), 2–3 свежих огурца, пучок редиса, 100 г зеленого лука, пучок укропа, 2 яйца, соль, сахар по вкусу, 1 л кефира.

Картофель и яйца мелко нарезать кубиками, свеклу и редис натереть на крупной терке, огурцы, зеленый лук измельчить и все хорошо, но осторожно перемешать в миске, добавив соль и сахар по вкусу. В миску с овощной смесью вылить кефир и осторожно перемешать. В тарелку со свекольником положить измельченный укроп.

Кефир можно заменить свекольным отваром. В этом случае в тарелку со свекольником положить половину сваренного вкрутую яйца, укроп и кружок лимона. Можно приготовить свекольник и из сырой свеклы. Для этого промытую и очищенную свеклу натереть на крупной терке, залить кипяченой охлажденной водой и добавить сахар, соль, уксус по вкусу. Измельченные овощи и яйца положить в свекольный настой, размешать и поставить в холодильник на 40–50 мин.

Холодники

Среди прочих холодных супов в России особенно распространены были холодники. Готовить их так же просто, как и свекольники. Продукты, которые используются для холодников, — самые разнообразные: морковь, капуста, помидоры, творог, крупы и пр. Жидкой основой этих супов, как правило, служит вода, иногда кефир. В старых рецептах в холодники рекомендовалось добавлять немного сухого вина.

Холодник из помидоров

8-10 средних помидоров, 2 ст. сметаны, 100 г зеленого лука, 1 луковица, пучок укропа, черный молотый перец, соль по вкусу, 1 л кипяченой воды.

Свежие помидоры вымыть, ошпарить кипятком и удалить с них кожицу и протереть через сито в миску. В эту же миску положить мелко нарезанные репчатый и зеленый лук, укроп, посолить и поперчить по вкусу, залить холодной кипяченой водой. В тарелку с холодником положить сметану (полстакана), отдельно подать отварной молодой картофель.

Холодник с морковью и творогом

1 л молока, 1 л воды, 5 морковок, 200 г творога, 2 столовые ложки изюма, 1/2 ст. сметаны, соль по вкусу.

Морковь натереть на крупной терке, положить в кастрюлю, влить стакан молока и припускать до размягчения, снять с огня и остудить. Положить в эту же кастрюлю протертый пастеризованный творог, сметану, изюм, залить холодное кипяченое молоко, воду, посолить и хорошо размешать. Суп готов.

Холодник с крупой

5 свежих помидоров, 1/2 ст. риса, 1/2 л кефира, 1,5 л воды, 2 столовые ложки рубленой зелени укропа, 1/2 ст. сметаны, соль, перец по вкусу.

Рисовую крупу промыть, залить на 5–6 мин кипятком, откинуть на сито, снова промыть. Залить водой и варить до готовности. Помидоры ошпарить, удалить кожицу и протереть сквозь сито. Пюре добавить в рисовый отвар, довести до кипения и снять с огня. Добавить соль, охладить, влить кефир. В тарелку с супом добавить сметану, рубленую зелень, перец по вкусу.

Разные супы

Суп крестьянский

300–350 г свежей капусты, 4–5 картофелин, 2 морковки, 1 корень петрушки, 1 свежий помидор, 1 луковица, 1 столовая ложка масла (любого), 1,5–2 л бульона или воды, пучок петрушки или укропа, соль, перец по вкусу, 1/2 ст. сметаны.

Капусту нарезать шашечками, картофель — кубиками, остальные овощи — ломтиками. Петрушку, лук, помидоры обжарить на масле. В кипящий бульон положить капусту, довести снова до кипения, добавить пассерованные овощи и картофель. Варить 20–25 мин. За 2–3 мин до окончания варки посолить.

В тарелку с супом положить ложку сметаны, мелкорубленую зелень петрушки.

Вместо капусты можно использовать щавель (200–250 г). Класть его в суп нужно за 5–6 мин до окончания варки.

Суп картофельный с крупой

6 средних картофелин, 1/2 ст. крупы (перловая, овсяная, пшеничная), 1 морковка, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 столовая ложка масла, 1,5 л мясного или рыбного бульона или воды, соль по вкусу.

Крупу сварить до полутотовности, лук мелко порубить, морковь нарезать мелкими кубиками и обжарить с луком на масле. Картофель и петрушку нарезать дольками. В кипящий бульон положить подготовленную крупу, картофель, пассерованные овощи и варить до размягчения всех продуктов. За 5-10 мин до окончания варки суп посолить.

Суп картофельный с грибами

5–6 свежих грибов, 5 картофелин, 1 морковка, корень петрушки, 1 луковица, 1 свежий помидор, 1 столовая ложка масла, 1 л воды.

Овощи нарезать, как указано в предыдущем рецепте. Морковь, лук, петрушку, помидоры обжарить на масле. Можно также обжарить ножки грибов. В кипящий бульон положить нашинкованные шляпки свежих грибов и варить 35–40 мин. Добавить картофель, пассерованные овощи и варить до полного размягчения продуктов. За 5-10 мин до окончания варки суп

посолить.

Если грибы сушеные вымоченные, положить в суп за 10–15 мин до окончания варки.

Суп овощной

2 морковки, 1 средняя репа, 1 луковица, 2 свежих огурца, 4 картофелины, 2 столовые ложки консервированного зеленого горошка, 1 столовая ложка масла, немного шпината, соль по вкусу, 1,5 л воды или мясного бульона, 1/2 ст. сметаны, пучок петрушки или укропа.

Морковь, репу и лук нарезать дольками, обжарить на масле. Свежие огурцы разрезать вдоль на четыре части, а потом кусочками. Картофель нарезать ломтиками.

В кипящий бульон положить картофель, довести до кипения и добавить обжаренные на масле овощи. Варить до размягчения продуктов. За 5–6 мин до окончания враки положить огурцы, листья шпината, зеленый горошек, соль по вкусу.

В тарелку с супом добавить ложку сметаны, мелкорубленую зелень петрушки или укропа.

Суп с креветками

200 г вареного мяса креветок, 1 морковка, 500 г цветной капусты, 1 корень петрушки, 1 ложка сливочного масла, небольшая луковица, пучок укропа или петрушки, соль по вкусу, 1,5 л воды.

Нарезанные морковь, петрушку, лук слегка обжарить на масле. В кипящую воду положить пассерованные овощи и варить 10–15 мин. Добавить подготовленные мелкие соцветия капусты и варить до готовности.

Перед окончанием варки суп посолить и опустить в него вареное мясо креветок. В тарелку с супом положить мелкорубленую зелень петрушки или укропа.

Суп огородный

300 г белокочанной капусты, 4 свежих огурца, 1/2 л кефира, 1 л воды, 1 морковка, 1 луковица, 1/2 ст. сметаны, пучок укропа, соль, перец по вкусу

Капусту, морковь, лук нарезать соломкой, положить в кастрюлю, добавив 2 ст. воды, поставить на слабый огонь и припустить до размягчения овощей.

Вылить в эту же кастрюлю оставшуюся воду, довести до кипения, проварить 5 мин, снять с огня, добавить соль по вкусу и

охладить. Когда суп остынет, влить в него кефир.

Огурцы очистить от кожицы, мелко нарезать соломкой и разложить по тарелкам. Налить в них суп, заправить его сметаной и рубленой зеленью укропа, поперчить.

Суп с красным перцем

5 красных сладких перцев, 5 картофелин, 4 столовые ложки растительного масла, 2 л воды, пучок петрушки, соль по вкусу, 4 столовые ложки зеленого лука.

Картофель и перец (без семян) нарезать мелкими кубиками. Воду довести до кипения, посолить и сварить в ней картофель. Опустить в кастрюлю перец и проварить его 5-10 мин. Добавить растительное масло, соль, снять с огня и дать настояться 5-10 мин.

В тарелку с супом положить рубленую зелень петрушки и ложку зеленого лука.

По желанию можно забелить суп сметаной (1 столовая ложка на порцию).

Зеленый суп

1 курица, 2 л воды, 200 г шпината, 200 г щавеля, 2 корня петрушки, 2 морковки, 4 столовые ложки зеленого консервированного или свежего горошка, 100 г молодой спаржи, 2 яйца, соль по вкусу, пучок укропа.

Сварить курицу, вынуть ее из бульона, бульон процедить. Шпинат и щавель промыть, мелко изрубить, обдать кипятком и откинуть на сито. Очистить и вымыть коренья петрушки и моркови, нарезать их соломкой. Спаржу промыть и нарезать кусочками.

Процеженный бульон довести до кипения, опустить в него петрушку и морковь и варить их До размягчения. За 10–15 мин до окончания варки в суп положить шпинат, щавель, спаржу. Суп разлить по тарелкам, в каждую из них положить половинку сваренного вкрутую яйца и укроп.

Курицу использовать для приготовления отдельного блюда.

Суп из репы с гренками

3–4 средней величины репы, 60 г сливочного масла, 1/2 ст. молока, 8-10 ломтиков черствого пшеничного хлеба, 1,5 л мясного бульона, пучок укропа или петрушки, соль, специи по вкусу.

Репу очистить, вымыть, нарезать мелкими кубиками,

положить в кастрюлю с водой (не бульон!) и сварить до размягчения. Откинуть репу на сито и окатить холодной водой. Это нужно для того, чтобы удалить горечь. Положить репу в кипящий бульон и варить до готовности.

В конце варки добавить в суп сливочное масло (30 г), соль и специи по вкусу.

Ломтики хлеба смочить молоком и слегка поджарить на сливочном масле. Разлить суп по тарелкам, положить рубленую зелень. Гренки к супу подать отдельно на тарелке.

Суп с тыквой

600–800 г тыквы, 2 морковки, 2 корня петрушки и сельдерея, 1 луковица, 1 столовая ложка муки, 1/2 ст. сметаны, 50 г сливочного масла, соль по вкусу, пучок укропа или петрушки, 1,5 л воды.

Тыкву очистить от кожуры, удалить сердцевину, нарезать крупными кусками и отварить до размягчения в подсоленной воде. Вынуть ее из отвара, охладить и протереть через сито. Морковь и сельдерей сварить в тыквенном отваре, охладить и также протереть через сито. Лук мелко нарезать, обжарить на масле, добавить к нему спассерованную муку, разведенную отваром, и протереть. Протертые овощи и лук с мукой положить в отвар, довести до кипения и снять с огня. В тарелку с супом добавить сметану и зелень.

Суп из утки с репой

1 утка, 2 средних размеров репы, 1 столовая ложка муки, 2 л воды, 50 г сливочного масла, 1 ст. столового вина, соль, специи по вкусу, пучок зеленого укропа.

Утку нарубить на порционные куски и обжарить на сливочном масле в кастрюле так, чтобы куски подрумянились; развести теплой водой муку, влить ее в кастрюлю с уткой, туда же положить очищенную репу, залить все водой и варить под крышкой на слабом огне до готовности утки. Когда репа сварится, вынуть ее, протереть через сито, развести бульоном и снова влить в суп. Добавить стакан столового вина, соль, специи, вскипятить и снять с огня.

В тарелку с супом положить рубленую зелень.

Куриная лапша

300 г домашней лапши, курица, 2 морковки, 1 корень петрушки,

2 л воды, лавровый лист, пучок укропа или петрушки, перец (горошком), соль по вкусу. Для лапши: 200 г муки, 1/5 ст. воды, 3–4 яйца, соль по вкусу.

Приготовить лапшу. Для этого муку высыпать на стол горкой, сделать сверху ямку, вылить туда яйца, растертые с солью, воду и замесить крутое тесто. Дать тесту расстойку и очень тонко (как бумагу) раскатать его скалкой. При раскатывании периодически опылять тесто мукой. Нарезать тесто лентами шириной 5–6 см и сложить ленты одну на другую, пересыпая мукой. Нашинковать лапшу, разрезая ленты поперек как можно мельче. Растрясти лапшу по столу, чтобы каждая «лапшинка» отделилась от другой, и дать подсохнуть. После этого лапша готова для заправки супа.

Подготовленную курицу положить в кастрюлю, залить водой, добавить нарезанные морковь и петрушку, соль, несколько горошин черного перца и варить до готовности. За 10 мин до конца варки положить лавровый лист.

Сваренную курицу вынуть, бульон процедить, довести до кипения, засыпать в него лапшу. Варить при слабом кипении до тех пор, пока лапша не всплывет. Так же варят лапшу с куриными потрохами.

Курицу разрубить на куски и подать с лапшой. В тарелку положить рубленую зелень укропа или петрушки.

Грибная лапша

5–6 сушеных белых грибов, 1 луковица, 30 г сливочного масла, остальные продукты, как для лапши с курицей.

Хорошо промыть сушеные грибы, положить их в кастрюлю, залить водой и варить. Когда грибы размягчатся, вынуть их шумовкой, остудить, мелко нарезать и засыпать снова в процеженный бульон. Морковь и лук нашинковать и обжарить на сливочном масле, вместе с лапшой добавить в кастрюлю с кипящим грибным бульоном и варить до готовности.

Суп гороховый

1,5 ст. лущеного гороха, 300 г ветчины или грудинки, 2 луковицы, 1 морковка, 1 корень петрушки, 3 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка томата-пюре, соль по вкусу, 1 ст. мелких сухариков из ржаного или пшеничного хлеба, 1,5 л воды.

Предварительно замоченный горох залить холодной водой, добавить кожу от ветчины и варить до полного размягчения. Мелко нарубленный лук обжарить с ветчиной, добавить натертые

на крупной терке морковь и петрушку и все вместе прожарить на масле 3–4 мин, положить томат-пюре, перемешать и тушить еще 3–4 мин. Тушеные овощи с ветчиной положить в кипящий гороховый отвар, посолить и варить 3–5 мин.

В тарелку с супом положить хлебные сухарики.

Луковый суп

6–8 луковиц, 4 столовые ложки натертого сыра, соль, перец по вкусу, 2 л мясного или овощного бульона.

Лук очистить от кожицы и испечь в духовке до мягкости. Подгоревшую кожицу осторожно снять и отложить. Луковицы очень мелко нашинковать и выложить в подсоленный и поперченный горячий бульон (или воду). Довести бульон до кипения и снять с плиты. В каждую тарелку с супом положить ложку натертого сыра, кусочки подгоревшей кожицы.

Этот рецепт описал Д.Б. Каншин. По его словам, суп из лука особенно полезен поклонникам Венеры как отлично восстанавливающий силы. Интересно, что во времена Людовика XV, где-то на дороге из Версаля в Париж был кабачок, очень славившийся именно этим супом. Так вот зачастую даже знатные аристократы специально ездили в это заведение, чтобы полакомиться луковым супом.

ПОСИДИМ У САМОВАРА

Чай

Если сегодня спросить любого жителя Центральной России, русского Севера, Сибири и Дальнего Востока, какой напиток он пьет чаще всего, ответ наверняка будет один — чай. Действительно, чай за последние два с половиной столетия так обрусел, что, пожалуй, сегодня большая часть русского населения считает его исконно русским напитком.

Однако это не так. Исконно русскими являются лесные чаи, приготовленные из различных лесных ягод и трав шиповника, земляники, малины, ежевики, костяники, морошки, липы, зверобоя и пр. По вкусу, цвету и аромату эти чаи не уступают традиционным чаям высших сортов. В них нет кофеина, зато много витаминов, микроэлементов и прочих полезных веществ.

Что же касается чая, который мы привычно завариваем сегодня по нескольку раз в день, то впервые в Россию он был завезен только в XVII веке. А было это примерно так. В 1638 году русский посол боярин Василий Старков привез монгольскому хану богатые дары от царя Михаила Федоровича. Хан хорошо принял послов и в свою очередь передал им для русского царя разные драгоценные дары Среди знаменитых монгольских атласов и собольих мехов лежали аккуратные свертки с непонятной травой.

— А это что такое? — с обидой спросил хана русский боярин, брезгливо указывая на ничем не примечательные свертки.

— Мой самый дорогой подарок русскому царю, — ответил монгольский правитель, улыбаясь.

Находясь в гостях у хана, Старков пробовал напиток, приготовленный из этого зелья, и он ему ужасно не понравился.

Стремясь избавиться от бесполезного груза, да и боясь вызвать немилость царя, безусловно, выбросил бы хитрый посол все до единого пакеты с чаем, но, помня слова хана о «дорогом подарке», не сделал этого. Так среди прочих даров и попал чай в Москву.

О том, как оценил царь ханский подарок, ходят разные версии, впрочем, точно так же, как и о проникновении чая в Россию. Согласно одной из них, отведав неведомое питье, государь вытер парчовым рукавом густую бороду и молвил: «Еще!»

Однако скорее всего, как и предполагал посол, царю напиток не понравился Иначе чем же можно объяснить тот факт, что торговля чаем в Москве началась лишь спустя 36 лет после описываемых событий.

Вначале иноземную траву использовали главным образом в качестве лекарственного средства, так как было замечено, что приготовленный из нее напиток «отвращает от сна» во время долгих церковных служб и сидения в Думе. Считалось также, что чай очищает кровь.

В следующий раз новая партия чая была завезена уже из Китая. И снова доставили ее в Москву царские послы. А в 1679 году Россия заключила с Китаем торговый договор на поставку чая. Конечно же, население сибирских районов прилегающих к Монголии и Китаю, было знакомо с чаем еще задолго до этого договора. И, возможно, именно отсюда чай стал распространяться на европейскую часть России.

Вначале чай не имел большого успеха у населения и был очень дорог. Покупала его главным образом московская знать.

Одной из причин медленного распространения чая среди широких народных масс была довольно плохая информированность населения о способах приготовления чайного напитка. По этому поводу в России ходило много анекдотов и даже сатирических куплетов. В одной из таких песенок рассказывается о незадачливом дворовом человеке, который, получив распоряжение барина приготовить чай, по незнанию решил заправить варево перцем, луком и петрушкой. Получив от барина взбучку за свою стряпню, слуга вполне искренне:

Долго думал, удивлялся,
Чем же мог не угодить,
А потом-то догадался,
Что забыл я посолить!

Но не стоит думать, что в такое курьезное положение попадали только русские. Свидетельством тому анекдот о матери английского моряка, которая, получив от сына в подарок фунт чая, решила угостить соседей изысканным заморским блюдом. Она сварила в кастрюле весь фунт чая и, слив горькую темно-коричневую воду в ведро, разложила по тарелкам вареные листья, приправив их растительным маслом.

Чай действительно очень долго был для простых людей России недоступен. Даже самые плохие его сорта стоили очень дорого. Пили его по большим праздникам и главным образом в трактирах.

Со временем на смену китайскому пришел индийский чай. Зажиточные горожане предпочитали хорошие сорта индийского чая и так называемый цветочный чай, который выделывали из

почек чайного куста. Более дешевыми сортами были байховый (черный) чай и кирпичный.

Для экономии чая крестьяне России добавляли в него высушенные травы, цветы, ягоды, которые исстари использовались славянами для приготовления душистых отваров и настоев. Особенно широко в качестве добавок применялись листья мяты, черной смородины, малины, брусники, моркови, липовый цвет, яблочный и др.

Сегодня подобные напитки называют чайными бальзамами. Они несравненно вкуснее обычного чая, но главное их достоинство — исключительная польза для организма.

Поистине народным напитком чай стал лишь в XIX веке. Именно в этот период в России было открыто множество общедоступных чайных заведений. В чайных постоянно кипели огромные многоведерные самовары.

Подавали чай на стол парами. Такая пара состояла из небольшого чайника с заваркой, который устанавливали на самоварчик, либо чайник с кипятком. Кстати сказать, такой способ подачи чая — чисто русское изобретение. Нигде больше так чай не подают.

В качестве дополнения к чаю обычно подавали хлебное: сладкие пироги, калачи, сайки, прочие мучные и кондитерские изделия. Принято было «забеливать» чай сливками или молоком.

Сахар был дорог и поэтому чаще всего чай с ним пили «вприкуску». При этом небольшого кусочка сахара хватало особо искусным чаевникам на полдюжины стаканов.

Особенно любили почаевничать в купеческих семьях. Вспомним картины Б.М. Кустодиева.

И сегодня в России чай — самый популярный из горячих напитков. Разновидностей чая существует довольно много, но все они представляют собой завяленные, скрученные, ферментированные и высушенные листья вечнозеленого растения. Отличаются же разные сорта чая друг от друга размером чайного листа, степенью их измельчения, технологическими особенностями производства.

Терпкий, немного горьковатый и вяжущий вкус чаю придают содержащиеся в нем дубильные вещества. Важнейшими из них являются танины. Именно от них зависят вкус и цвет чайного настоя. Тонизирующее и возбуждающее действие чай оказывает главным образом благодаря тому, что в его состав входит кофеин. Это свойство чайного листа человек заметил прежде всего. Оно же воспето во многих легендах о чае. Так, согласно одной из них, еще в V столетии до н. э. некий принц Дарма плыл из Индии в Китай. Путь был трудный, ураганы и штормы грозили погубить

судно. Чтобы не погибнуть, Дарма дни и ночи проводил в молитве. Однако сон одолел его и корабль чуть не разбился о скалы. Но все окончилось благополучно, и Дарма высадился на берег. Проснувшись, он так вознегодовал на себя, что отрезал свои непослушные веки и бросил их на землю. Так вот, там, где они упали, и выросли первые вечнозеленые кусты чайного растения с листьями, похожими на веки. Вкусив их, Дарма почувствовал прилив сил и бодрости.

От себя добавим, что принц, вероятно, этим поступком удовлетворил свой гнев и перестал бичевать себя за оплошность, так как чай благотворно действует на нервную систему. Кроме того, чай способствует усилению притока кислорода к клеткам мозга. Поэтому, безусловно, мысли Дарма стали яснее, а внимание и память обострились.

Добавим к этому, что свежий чайный лист в 4 раза богаче витаминами С, чем лимон. А содержание в чае витамина Р делает его отличным средством для укрепления стенок кровеносных сосудов, повышения их эластичности и гибкости.

Всего 2–3 стаканов зеленого чая достаточно для удовлетворения потребности организма в витамине Р.

Вкус, аромат и многие целебные свойства чая зависят от правильности его приготовления. Правда, каждый народ, знакомый с чаем, пользуется своим способом его приготовления, да и сортов чая насчитывается не одна тысяча.

Русские традиционно заваривают чай следующим образом. Чистый заварной чайник сполоснуть крутым кипятком и слегка обсушить. Положить в него чай из расчета 1–2 чайные ложки на стакан, залить кипятком, накрыть салфеткой и поставить на самовар минут на 5. В чайник можно положить кусочек сахара. Это способствует лучшему разворачиванию чаинок и отдаче им своих экстрактивных веществ.

Когда чай настоится, его наливают в стакан и разбавляют кипятком из самовара.

Вообще чай не следует заваривать ключевым кипятком. Дать воде закипеть, и как только она перестанет бурлить, залить ею чай. Именно по этой причине самый вкусный чай получается из воды, вскипяченной в самоваре, где она не может перекипеть.

Забеливают чай сырыми сливками и сырым молоком. К не забеленному чаю подают лимон, фруктовое варенье, прочие сласти.

Правильно заваренный чай образует на поверхности пену, которую ни в коем случае нельзя снимать.

Елена Молоховец в своей книге «Подарок молодым хозяйкам, или средство к уменьшению расходов в домашнем хозяйстве»

предлагает более экономный способ заваривания чая. Вот что она пишет: «У кого большая семья или собирается много гостей, или собрание учащихся и т. п., тем необходимо делать так: иметь вместо чайника небольшой чисто сохраняемый самоварчик, вскипятить его, прикрыть крышкой. И как только вода перестанет кипеть ключом, тогда опустить до половины самовара чай, завязанный в чистенькую кисейку, и длинную прикрепленную к ней тоненькую тесемочку перекинуть через самовар, чтобы можно было легко вынуть эту кисейку.

Чаю же берется вообще на каждые 4 человека по чайной ложке. Через 1/4 часа, когда чай настоится, разливать его по стаканам, доливая чистой кипяченой водой из другого большого самовара. Таким образом, чай будет для всех одинаково крепок и его выйдет (в смысле израсходуется — авт.) гораздо меньше, чем если подсыпать его несколько раз в чайник». Что же, думается, и сегодня этот способ приготовления чая можно взять на вооружение.

В последнее время, вероятно в связи с нехваткой времени и относительной дешевизной чая, довольно широкое распространение получил способ заваривания чая непосредственно в стакане или в кружке, из которых его пьют.

По понятным причинам этим способом чаще других пользуются работники умственного труда на своих рабочих местах. Что же, и такой способ заварки чая вполне допустим. Более того, чай получается значительно крепче и ароматнее. Однако не следует класть в стакан более 1 чайной ложки чая и настаивать его более 1–2 мин.

Вообще же, каким бы способом чай ни заваривали, главное условие — его свежесть. Недаром на востоке говорят: «свежий чай подобен бальзаму, а чай, оставленный на ночь, — подобен змее».

Кофе

Этот ароматный напиток в еще большей степени, чем чай, является интернациональным. Его с огромным удовольствием пьют на всех континентах. И с уверенностью можно сказать, что сегодня кофе — самый популярный в мире напиток. Статистики утверждают, что ежегодно на нашей планете выпивают примерно 700 млрд. чашечек кофе.

Согласно одной из многочисленных легенд первооткрывателем удивительных свойств кофе считается эфиопский пастух Кадди. Как-то, особо утомившись, он решил отдохнуть возле зарослей кофейного кустарника. Здесь юноша заметил, что козы, которых он пас, поедая бобы с этого кустарника, становятся резвыми и игривыми. Отправив в рот несколько удивительных ягод, пастух ощутил прилив сил и бодрости. Случилось это в южной Абиссинии, в местечке под названием Coffec. Вероятно, отсюда и происходит слово кофе.

Из Абиссинии в XV столетии кофе попал к арабам, от них в XVI веке завезен в Турцию. Первая кофейня была открыта в Константинополе в 1554 году. Интересно, что называли кофейни в те времена «школами мудрости».

Европейцы познакомились с кофе в середине XVII века. Постепенно кофе приобрел большую популярность практически во всех европейских странах. В Голландии, например, в конце XIX века ежегодно каждый житель потреблял в среднем около 21 фунта кофе. Во Франции, Германии и Австрии кофе издавна входит в состав солдатского пайка.

Среди европейских знаменитостей особым пристрастием к кофе отличались Вольтер, Наполеон, Бальзак. Очень крепкий кофе пил Бетховен. Утверждают, что готовил он его себе сам и на одну чашку напитка клал не менее 60 молотых зерен.

Первые упоминания о кофе в России связаны с именем Самуэля Коллинса, который, будучи придворным лекарем царя Алексея Михайловича, в 1665 году рекомендовал ему этот напиток в качестве лекарства против насморков и головных болей.

Царь Петр I буквально силой пытался привить вкус к этому напитку русской знати. Однако, по-видимому, широкого распространения в те годы напиток так и не получил в России.

Первые кофейни открылись в стране лишь в 1812 году. Организованы они были на манер парижских. С последними же познакомились во Франции русские офицеры и солдаты — герои Отечественной войны.

И все же кофе так и не стал в России популярным напитком, особенно среди простого народа. Показателен в этом отношении эпизод, описанный Семеном Гейченко в книге «Пушкиногорье»: «Не хотите ли кашки немецкой? — спросила меня бабуля.

— Чего? — ответил я.

— Да кашки немецкой, — повторила она и продолжала: — Тут в подвале одной разбитой избы нашли мы два хороших немецких мешка… Смотрим, в них — горох — не горох, а зерна, будто бы и горох. Решили, что это гороховый сорт такой. Стали варить и есть. Ничего, есть можно! Изредка варим!..

Я поблагодарил за приглашение и согласился на трапезу. Хозяйка поставила на стол деревянную латку, положила в нее каши, сдобрила ее ложкой масла и поставила передо мной. Я ел и никак не мог понять, что ем. А потом догадался. Это был вареный хороший натуральный не жареный кофе в зернах. Его, вероятно, бросили фашисты, когда удирали из Новоржева».

Сегодня, конечно, популярность кофе в стране значительно выросла, особенно среди городского населения, молодежи и интеллигенции. И вряд ли найдется семья, где бы не знали ничего о кофейных зернах. Правда, появляющийся время от времени в продаже зеленый не обжаренный кофе для многих является загадкой.

Ведь как не старайся, а грамотно выдержать режим обжарки кофе в домашних условиях очень трудно.

Большая часть населения нашей страны предпочитает за завтраком чашечке кофе стакан чая.

И дело здесь не только в сравнительно высокой цене кофе. Главное, на наш взгляд, из-за чего чай пользуется среди русских большей популярностью, — традиционность этого напитка. Как мы уже писали, отвары и настой сушеных трав и цветов русские пьют с незапамятных времен. Приготовление чая мало чем отличается от приготовления травяного настоя. Кофе же совершенно иной, непривычный для нашего населения продукт. Ну, а если принять во внимание, что консерватизм в питании, пожалуй, самый устойчивый и распространенный среди населения, станет ясно, почему кофе до сих пор считается у нас иноземным напитком.

За более чем трехвековой срок человечество изобрело и испробовало бесчисленное множество способов обработки кофейных зерен и приготовления из них напитков.

Вкус и аромат кофе зависят от многих факторов. Здесь важно все: и вода, из которой варят кофе, и его сорт, и то, в чем варят, и даже способ измельчения кофейных зерен. Например, большой знаток кулинарии, автор книги «Физиология вкуса», француз

Брилья Саварен утверждал, что кофе из толченых в ступке зерен намного вкуснее, чем из молотых. Кстати, этот классический метод подготовки зерен был самым первым в практике «кофеварения». Таким методом обрабатывали кофе многие столетия, пока не появились сначала ручная, а потом и механическая кофемолки. И тем не менее многие, особенно, на Востоке, продолжают толочь, а не молоть кофе. Там до сих пор из рода в род сохраняются деревянные чашки — ступки, в которых толкут кофе. Дерево ступки в течение многих десятилетий, даже столетий, напитавшись «досыта» кофейным маслом, ароматом кофе, уже больше не впитывает их в себя и поэтому при толчении кофе в таких ступках все составные компоненты кофе не теряются, остаются в истолченном кофе и при его варке полностью переходят в напиток.

Воду для кофе лучше использовать мягкую. Ну а если все же вы располагаете только жесткой водой, положите в нее кусочек сахара. Вода от этого станет более мягкой и лучше извлечет из кофе экстрактивные вещества.

Конечно же, готовить кофе следует только в специально предназначенном для этой цели кофейнике, всегда чисто вымытом, без посторонних запахов. Извечные вопросы — холодной или горячей водой заливать кофе, прогревать ли его предварительно с сахаром или засыпать в кипящую воду и подобные им, решаются, как правило, каждым любителем этого напитка по-своему. Ведь вкус и аромат напитка имеют бесконечное множество самых разных оттенков. Каких только способов приготовления кофе не изобретено: кофе по-арабски, по-восточному, по-венски и т. д. Вот например, какой оригинальный способ приготовления кофе приводит Д.В. Каншин, ссылаясь на некоего англичанина Хилла: разбить сырое яйцо и смешать его с молотым кофе, чтобы получился шарик. Положить этот шарик в кофейник с холодной водой и оставить на 1 час, чтобы получить вначале холодную вытяжку. Затем эту вытяжку поставить на огонь и хорошо прогреть, но не дать при этом воде закипеть. После того как напиток отстоится, его можно разлить в чашки.

Что ж, мы не поленились и приготовили кофе по этому старому рецепту. Напиток получился совершенно прозрачный, с ярко выраженным вкусом кофе. Однако настоящий черный (по цвету) кофе пить более приятно.

Особенно вкусный напиток получается, если приготовить его из смеси разных видов кофе. Например, на 2 части Арабики положить по 1 части Колумбийского и Бразильского кофе; на 2 части Эфиопского (Харем) — 1 часть Арабики и 1 часть Бразильского и т. д.

Наверняка у каждого из читателей — любителей этого напитка существует свой фирменный рецепт его приготовления, и мы уверены, что он, безусловно самый лучший (для его изобретателя!).

ПИВО ВАРИ ДА ГОСТЕЙ ЗОВИ

Напитки забытые и популярные

По всей вероятности, слово «напиток» вошло в русский язык лишь полтораста лет назад. При этом напитками в России первоначально называли только те безалкогольные жидкости, которые оказывали подкрепляющее действие, т. е. были сытными и питательными. Видимо, именно этим и объясняется архаичное сегодня выражение «откушать чаю». Однако отсутствие в словаре слова «напиток» совсем не означает, что русские люди не знали таковых вовсе. Да и трудно представить какую-либо нацию или народность, которая бы не имела в запасниках своей кухни оригинальных рецептов напитков.

История русских напитков своими корнями уходит в седую древность. Рассолы, морсы, квасы, меды, лесные чаи — путь их к нашему современному столу исчисляется многими столетиями. Все они непохожи друг на друга и имеют разное назначение. Одни обладают согревающим действием (пряные чаи, меды, сбитни) и поэтому употреблялись преимущественно в зимний период, другие оказывают прекрасное прохладительное, тонизирующее воздействие (квасы, морсы, снова чаи) и как нельзя кстати в жаркий день или для утоления жажды в русской бане.

Однако есть в русских напитках и общая черта — всегда натуральное сырье и питательная ценность. Основу одних напитков составляют хлеб и мука, других — ягодные и плодовые соки, третьих — мед и молоко.

Хмельные меды

Редкая русская народная сказка не оканчивается присловием: «И я там был, мед-пиво пил, по усам текло, а в рот не попало!» Что же это за мед такой, который пили да нахваливали наши предки?

Появился этот напиток на славянской земле в незапамятные времена. Как утверждает А.В. Терещенко, его «введение современно первоначальной истории славян». Уже в древних русских литературных источниках мед упоминается как напиток широко известный и почитаемый народом. Так, Лаврентьевская летопись сообщает, что еще в 945 году, княжна Ольга велела древлянам наварить много меда, якобы для того, чтобы справить тризну по убитому ими князю Игорю. Трагическая роль, которую сыграл мед в коварном спектакле, разыгранном мстительной супругой убитого князя, свидетельствует о том, что уже в те времена русичи умели готовить довольно крепкие меды.

Та же летопись рассказывает о грандиозном пире, устроенном в 996 году в честь Ольги князем Владимиром. Князь приказал сварить для пира 300 бочек меда. Кстати, здесь же отмечено, что варили мед специальные медовары. Все это, безусловно, подтверждает, что уже в X веке наши предки знали толк в медах. Более того, можно предположить, что мед был обязательным напитком праздничной трапезы тогдашней знати. Так, Жития Феодосия рассказывают, что Феодосии потчевал в Киево-Печерском монастыре князя Изяслава Ярославовича.

Феодосии приказал подать князю ужин, но скупой монастырский ключник ответил, что «меду не имам, еже на потребу пити и сущим с ним».

Такой ответ не удовлетворил гостеприимного старца и, помолившись, он приказал ключнику: «иди и неси, елико ти на потребу князю и сущим с ним, и еще же и братии подай от него, да пиют».

Кстати, монастырские меды пользовались особой славой, а сами монастыри были наиболее крупными их производителями.

Особенно возросла роль монастырей в производстве медов после того, как в XV веке великий князь Московский Василий III запретил их свободное производство, отдав этот выгодный промысел в руки государства и церкви.

Наиболее крупным производителем «питий» долгое время оставался Троице-Сергиевый монастырь (возле Холмогор). Вот как описывает посещение подвалов этого монастыря один из иностранцев: «В несколько рядов были расставлены бочки

огромных размеров, "неизмеримой величины", высотою более 2-х метров, конусообразной формы, с расширенным основанием. Каждая бочка содержала до 7 т жидкости. И таких подвалов было много… Все бочки стояли доверху наполненные пивом, медом, вином, квасом и фруктовыми соками. Они словно вросли в землю своей многотонной тяжестью, неподвижные, огромные, сделанные, из старинного дуба, окованные железными обручами».

Мастерство монастырских медоваров, квасоваров и кулинаров было настолько высоко, что царь Алексей Михайлович неоднократно посылал к ним на выучку своих поваров.

Различными питиями были переполнены погреба и других монастырей. «В Новодевичьем монастыре, — читаем в книге И.Г. Прытова "История кабаков в России в связи с историей русского народа", — например, когда жила в нем царица Евдокия, в погребах хранилось вино венгерское, бургундское, французское, волжское (вино волжское налитое на ликер венгерский) и другие вина целыми бочками, водка: тминная, анисовая и другие, вишневка, пива, полпива и меды, тоже бочки».

Как видим, в эпоху Петра I меды уходят на второй план, а их место занимают заморские вина и водки.

Мед оставался самым любимым напитком русских вплоть до конца XVII века. В значительной мере это связано с тем, что суровый климат страны не позволял активно развивать виноделие. Однако, безусловно, немаловажную роль сыграло и отменное качество самих медов, огромное их разнообразие.

Каких только медов ни делали наши мудрые предки: мед простой, пресный, обарный, красный, белый, боярский, вишневый, малиновый, смородинный… Однако все их по способу производства разделяли на вареные и ставленные. Вареные меды готовились, как видно из их названия, с помощью тепловой обработки, а ставленные — холодным методом.

В самом общем приближении технология приготовления вареных медов была такой: медовый сот разводили теплой водой и процеживали сквозь частое сито (чтобы отделить примеси воска). В процеженный мед добавляли хмель (полведра на пуд меда) и варили до тех пор, пока жидкость не уваривалась до половины. После этого ее выливали в медную посуду, охлаждали и бросали в нее ржаной хлеб, намазанный патокой и дрожжами. Когда смесь начинала бродить, ее сливали в бочки. Бочки укупоривали и спускали в ледник, где их выдерживали довольно длительное время. Таким образом, в частности, варили обарный мед.

В домашнем быту очень ценили ставленные меды, которые готовились из меда и свежих ягод: смородинный, вишневый,

малиновый, черничный, ежевичный и др.

Эти меды вызывали неизменный восторг у иностранцев, посещавших Россию. Вот какую запись в своих воспоминаниях о путешествии по земле Московской оставил Олеарий: «Великолепный и очень вкусный мед они варят из малины, ежевики, вишен и др. Малинный мед казался нам приятнее всех других по своему запаху и вкусу. Меня учили варить его следующим образом. Прежде всего, спелая малина кладется в бочку, на нее наливают воды и оставляют в таком состоянии день или два, пока вкус и краска не перейдут с малины на воду; затем эту воду сливают с малины и перемешивают к ней чистого, или отделенного от воска, пчелиного меду, считая на кувшин пчелиного меду 2 или 3 кувшина воды, смотря по тому, предпочитают ли сладкий или крепкий мед. Затем бросают сюда кусочек поджаренного хлеба, на который намазаны с двух сторон дрожжи; когда начнется брожение, хлеб вынимается, чтобы мед не получил его вкуса, а затем дают бродить еще 4 или 5 дней. Некоторые, желая придать меду вкус и запах пряностей, вешают в бочку завернутые в лоскутах материи гвоздику, кардамон и корицу. Когда мед стоит в теплом месте, то он не перестает бродить даже через 8 дней; поэтому необходимо переставить бочку, после того как мед уже бродил известное время, в холодное место и оттянуть его от дрожжей».

Для улучшения вкуса и цвета в мед добавляли свежий ягодный или фруктовый сок. Разбавленный соком мед почти не содержал алкоголя и служил прекрасным витаминным напитком.

Хранили готовый мед в ледниках, где он долгое время оставался свежим и крепость его не повышалась. По мере надобности мед из бочек отливали в медную емкую посуду, из которой его разливали в небольшие сосуды для подачи на стол.

Крепость медов была разная, в зависимости от назначения напитка. Наряду со слабо алкогольными готовили и довольно крепкие, хмельные меды.

Однако эти напитки не шли ни в какое сравнение с вытеснившей их водкой. Они были неизмеримо слабее, хотя обладали приятным вкусом, ароматом и массой полезных свойств.

Уже давно не варят медов на Руси. А жаль! Эти замечательные напитки, безусловно, могли бы сыграть положительную роль в снижении потребления крепких алкогольных напитков. Хорошо они смотрелись бы и в прейскурантах ресторанов туристских центров, расположенных в старинных русских городах.

Предлагаем вам самостоятельно приготовить русские меды

по старинным рецептам.

Белый мед

1,5 кг меда (белого), 8 л воды, 1/2 чайной ложки желатина, 2 столовые ложки хмеля, 1–2 семечка кардамона.

Мед положить в эмалированное ведро, залить 8 л кипятка и оставить до следующего дня. На второй день смесь прокипятить в течение 1 часа. Затем, добавив хмель, прокипятить с небольшими перерывами еще 4–5 раз. Когда мед остынет до комнатной температуры, перелить его в крепкий бочонок и, добавив в него кардамон и распущенный в воде желатин, хорошо укупорить.

После того как мед настоится и перебродит в течение 15–20 дней, разлить его в бутылки, которые хорошо укупорить, сложить в погреб и засыпать песком.

Мед-вишняк старинный

2 кг меда, 4 ст. воды, 4–5 кг вишни.

Мед положить в эмалированную кастрюлю либо в таз для варки варенья, залить водой и сварить сироп, периодически помешивая и снимая пену. В бутыль с узким горлышком или в бочонок выложить промытую вишню без косточек и залить ее остуженным сиропом. Емкость накрыть сырой тряпкой и оставить в теплом помещении на 3 дня для брожения. Когда смесь забродит, вынести бутыль в погреб и, заткнув отверстие свернутым куском холста, оставить для созревания.

Через 3 месяца мед готов для употребления. Однако вкус этого меда тем лучше, чем дольше его выдержка.

Все знают, что означает выражение «медовый месяц», а вот откуда оно пошло, известно далеко не каждому. В древности существовал обычай, в соответствии с которым специально для вступающих в брак варилась слабо алкогольная медовуха. Молодые пили ее не только на свадебном пиру, но и 30 дней после него. Никаких других более крепких напитков пить не дозволялось. Отсюда и пошло выражение «медовый месяц», жаль, что об этом мудром обычае не знают многие современные молодожены.

Березовый мед

500 г меда, 2,5–3 л березового сока, 1 ломтик черного хлеба, 20 г дрожжей.

В эмалированную кастрюлю выложить мед, залить его

березовым соком и прокипятить сироп в течение часа на слабом огне.

В теплый сироп опустить намазанный дрожжами ломтик черного хлеба и оставить для брожения в теплом помещении на 1 час. Если за это время мед не забродит, добавить дрожжей.

Когда мед начнет бродить, хлеб удалить, емкость накрыть полотном и оставить в теплом помещении до тех пор, пока мед полностью не перебродит. Затем разлить его в бутылки, укупорить и поставить (лучше положить) в погреб или в холодильник.

Мед будет готов для употребления через 4–5 месяцев.

Монастырский мед

1 кг меда, 3 л воды, 2 чайные ложки хмеля.

Мед размешать с водой и прокипятить на слабом огне в течение 3 час. В марлю положить хмель, небольшой камешек и, завязав ее «узелком», опустить в кастрюлю с медом. Камешек необходим для того, чтобы хмель не всплывал.

Мед с хмелем прокипятить в течение 1 часа, периодически, по мере выкипания, добавляя горячую воду.

Снять мед с огня и еще теплым процедить через марлю в стеклянную или деревянную посуду. При этом емкость должна быть заполнена не более чем на 4/5 объема.

Посуду оставить в теплом месте (у печки, батареи центрального отопления) для брожения меда. Как правило, оно начинается через день-два после того, как мед сварен.

Когда мед побродит (перестанет шипеть), влить в него 1/2 ст. хорошо заваренного чая (1 чайная ложка чая на стакан кипятка). Затем мед, не мешая, процедить через фланель (лучше несколько раз).

Процеженный мед уже готов для употребления. Однако особенно превосходный вкус он приобретет через год хранения в прохладном месте.

Сбитни

Как-то в морозный зимний день, изрядно продрогнув, мы зашли в одно из московских кафе и попросили официанта принести сбитню. Наверное, он меньше бы удивился, спроси мы у него кашу из топора. Правда, другой реакции ожидать было трудно, так как сбитнем в Москве уже давно не угощают.

А между тем именно здесь, в Москве, на старом Арбате, каких-нибудь сто лет назад среди разношерстной шумной толпы прохаживались молодцы с медными самоварчиками и кричали: «Сбитень! Сбитенек! Горячий сбитень!» Самые же бойкие из них расхваливали свой товар стихами:

Аи да сбитень, сбитенек!
Кушай девки, паренек,
Кушайте и пейте,
Денег не жалейте.
Сбитень сладкий на меду,
Ну-ка меду подкладу!
А как буду-то варить,
Его все будут хвалить.

Талии сбитенщиков были обвиты полотенцем, из-под которого выглядывали пузатенькие стаканчики. Края стаканчиков были вывернуты наружу — это предохраняло от того, чтобы не обжечь губы огневым напитком.

Готовили и разносили сбитень в сосудах, очень напоминавших самовар. Кстати, считается, что своим появлением самовар обязан именно сбитню. Правда, до сих пор точно не установлено, когда и кем был приобретен первый самовар. Во всяком случае в конце XVIII — начале XIX века на рынках и гуляниях сбитень разносили в медных чайниках, так называемых саклах. Зимой сбитенщики носили укутанные теплой тканью саклы на спине. С самоварами их роднила довольно широкая труба, проходящая в середине чайника и заполненная горячими углями.

Но были и стационарные «сбитенные курени», которые, как правило, располагались в оживленных многолюдных местах города. Роль прилавка играло большое окно, пробитое в стене дома. Обычно в этом окне стоял огромный начищенный до блеска самовар, из которого щедро оделяли всех прозябших душистым согревающим питьем. Прекрасную зарисовку сбитенщика оставил

Н.В. Гоголь в одной из глав «Мертвых душ»: «…внизу была лавочка с хомутами, веревками и баранками. В угольной из этих лавочек или, лучше, в окне помещался сбитенщик с самоваром из красной меди, и лицом так же красным, как самовар, так что издали можно было подумать, что на окне стояли два самовара, если б один самовар не был с черной как смоль бородой».

Вот к такому сбитенщику в морозные дни подходил замерзший люд. Озябшими, задубевшими руками, словно невесть какое сокровище, принимал прохожий от сбитенщика выпуклый стаканчик. Несколько глотков янтарного пряного напитка — и живительное тепло блаженно растекалось по всему телу. Особенно ценили сбитень извозчики и служащие, замерзавшие в холодных лавках.

Колоритная фигура сбитенщика нашла отражение в старинных гравюрах, на изразцах печей, картинах многих русских художников. Разудалые продавцы сбитня проникли даже на сцены театров. Вот что об этом написано в третьем номере журнала «Химия и жизнь» за 1987 год: «В фондах Центрального театрального музея имени А.А. Бахрушина есть афиша от II сентября 1795 г., в которой дается анонс на 12-е число.

Это далеко не первый спектакль. Премьера состоялась в 1783 или 1784 г. в придворном театре в Петербурге (именно Петербургский театр упомянут в афише). Затем опера была поставлена в Москве и с успехом шла и в Москве, и в Петербурге вплоть до 1851 г.

Сюжет оперы явно заимствован из «Севильского цирюльника». Купец Водырев, опекун купеческой дочери Паши, хочет жениться на ней, но Паша любит офицера. Сбитенщик Степан берется устроить ее счастье…

Наибольшим успехом у публики пользовалась выходная ария Степана:

Вот сбитень! Вот горячий!
Кто сбитня моево?
Все кушают ево:
И воин, и подьячий,
Лакей и скороход,
И весь честной народ.
Честные господа!
Пожалуйте сюда.

Другая афиша представляет спектакль, объединяющий трагедию «Баверлей» с комедией «Мельник и сбитенщик соперника». К сожалению, год на афише не указан, но по бумаге,

шрифту и необычной манере ставить вместе трагедию и комедию сотрудники музея датируют эту афишу концом XVIII века.

Появился сбитень на Руси не позже чем тысячелетие назад. Во всяком случае уже в XII веке этот напиток упоминается в летописи как широко употребляемый славянами. Правда, назывался в те далекие времена он не сбитнем, а переваром, а позднее— взваром. В 1128 году великий князь Всеволод, пируя с боярами, приказал выставить для народа по улицам вина, мед, перевару, овощей и всякого кушанья.

С самого начала перевар готовили на меду с добавлением душистых трав. В сбитень же добавляли зверобой, шалфей, лавровый лист, имбирь и стручковый перец. Как видим, напиток этот был не только вкусен, но и полезен, так как входящие в его состав травы, как правило, обладают целебными свойствами.

Наиболее древние описания приготовления сбитня даны в «Домострое» (XV в).

В старину сбитень готовили с вином и без вина. Интересно, что уличные торговцы продавали сбитень, как правило, без вина. Это лишний раз подтверждает, что народ в большинстве своем вел трезвый образ жизни. Сбитень с алкоголем готовили в основном в заведениях, посещаемых более или менее состоятельными людьми. Иностранные моряки называли этот напиток «русским глитвейном».

Безалкогольный сбитень долгое время (примерно до конца XIX века) заменял русскому народу чай и кофе. Его пили по нескольку раз в день, особенно утром. Надо заметить, что вытеснивший сбитень чай значительно уступает ему по своим питательным свойствам.

Сегодня попробовать сбитня можно разве что в некоторых древнерусских городах (Владимире, Суздале), ставших центрами иностранного туризма. Большинство же наших современников и понятия не имеют об этом напитке. Право же, есть над чем задуматься общепитовцам, усиленно пичкающим нас уже изрядно надоевшими компотами, какао и кофе с молоком. «Новый» напиток, безусловно, придется по вкусу многим посетителям ресторанов, кафе, столовых. Не будут лишними на улицах городов и современные «сбитенные курени». Блестящие бока огромных самоваров, запах душистых пирогов, как и в те далекие годы, привлекут к ним всякого прохожего, особенно в зимний период.

Как же приготовить настоящий сбитень, который так любили наши прабабушки и прадедушки? Рецептов сбитня очень много, различаются они входящими в них ингридиентами и технологией приготовления. Неизменным компонентом сбитня всегда остается

только мед.

Различают простые и заварные сбитни. Последние получают путем сбраживания сусла из меда и патоки с различными приправами. При этом можно получить напитки, подобные слабо хмельным медам, браге, пиву.

Старинный заварной сбитень

6 л легкого медового напитка, 6 л слабой браги, 500 г меда, 50 г уксуса (столового), 20 г имбиря, б г калганового корня, 1/2 ст. жидких дрожжей.

Все продукты (кроме дрожжей) смешать в эмалированном баке и проварить в течение 1 час. Смесь охладить и перелить в бочонок, добавить жидкие дрожжи и, не укупоривая, оставить бочонок в теплом месте на 6-12 час. для сбраживания. Затем бочонок укупорить и опустить в ледник. Через 2–3 дня сбитень готов.

Душистый заварной сбитень

1 кг белого пчелиного меда, 40 г хмеля, пряности (гвоздика, корица, кардамон, мята и др.) по вкусу, 3 л воды.

Мед растворить в 3 л кипятка, тщательно перемешать и выдержать в течение суток. Затем при непрерывном помешивании прокипятить его на слабом огне в течение двух часов (снимая пену).

За 15 мин до окончания кипения в мед добавить хмель и пряности.

Слить смесь в чистый бочонок, когда она остынет, добавить в нее полстакана жидких дрожжей. Бочонок укупорить и вынести в ледник на 14 дней.

После выдержки сбитень сцедить и разлить в бутылки, хранить которые следует в холодильнике.

Простой сбитень

500 г меда, 700 г белой патоки, 5-10 г пряностей (корицы, гвоздики, хмеля, мяты и др.), 6 л воды.

Вскипятить воду и, добавив все компоненты, прокипятить 30 мин. Пить горячим, как чай.

Народный сбитень

1 кг меда, 20 г хмеля, пряности по вкусу, 4 л воды.

Растворить мед в кипятке, добавить хмель и пряности и прокипятить в течение 2–3 час. Прокипяченный сбитень профильтровать и охладить. Этот сбитень употребляют холодным, как квас.

Квасы

Квас — один из самых любимых прохладительных напитков русского народа. По всей вероятности, восточные славяне знали квас задолго до образования Киевской Руси. Во всяком случае в «Повести временных лет» есть упоминание о том, что в ознаменование победы над печенегами и в связи с открытием церкви св. Преображения в 996 году князь Владимир приказал «мед в бчелках (бочках), а в других квас возить по городу».

Само слово «квас», безусловно, русского происхождения и означает «кислый напиток». Однако ради объективности отметим, что еще 8 тыс. лет назад нечто похожее на квас умели готовить египтяне. Геродот, Плиний, Гиппократ оставили описание напитков, которые очень близки к квасу. Больше того, Гиппократ указывал на целительные действия этих напитков. Так что бесспорно отдать приоритет изобретения кваса славянам было бы по меньшей мере несправедливым.

И все же мы утверждаем, что квас — исконно русский напиток. Право на это нам дает то обстоятельство, что ни у одного народа он не получил столь широкого распространения, как у русских. «После воды, — писал в "Энциклопедии питания" Д.В.Каншин, — в России наиболее распространенный напиток квас… Мы даже думаем, что его пьют больше, чем воду…» При этом любовь к квасу не знала сословных границ. Его с одинаковым удовольствием пили и нищие, и цари, предпочитая часто даже заморским винам. И.С. Тургенев по этому поводу так высказался в рассказе «Два приятеля»: «Квас любил он (Крупицын), по собственному выражению, как отца родного, а вина французские, особенно красные, терпеть не мог и называл их кислятиной».

Показывая близость семейства Лариных к народу, А.С. Пушкин в «Евгении Онегине» как само собой разумеющееся подчеркивает: «им квас, как воздух был попутен».

Немаловажным фактором широкого распространения кваса, особенно для беднейших слоев населения, была его дешевизна. Мало какой другой продукт мог сравниться в этом отношении с квасом. На его основе готовились и самые дешевые кушанья: тюря, баланда и др.

Отменные вкусовые качества кваса и его дешевизна удивляли посещавших Россию иностранцев. Так, известный путешественник и авантюрист Казанова писал о квасе следующее: «У них (русских) есть восхитительный напиток, название которого я позабыл. Но он намного превосходит константинопольский

щербет. Слугам, несмотря на всю их многочисленность, отнюдь не дают пить воду, но этот легкий, приятный на вкус и питательный напиток, который к тому же весьма дешев, так как за один рубль его дают большую бочку».

Наряду с кислой капустой квас на протяжении многих столетий, как отмечал Д.В. Каншин, служил «единственным средством для спасения народа от цинги в течение долгой зимы, когда он не видит никакой зелени». Дело в том, что настоящий русский квас в старину готовили на солоде, т. е. на пророщенном зерне. А, как мы уже отмечали ранее, проросшее зерно отличается повышенным содержанием витаминов, особенно группы В. Крестьяне использовали солод также для варки каш, киселей и других кушаний.

Однако целебные свойства кваса этим не ограничиваются. Он стимулирует секрецию пищеварительных желез (попросту «нагоняет аппетит»); является отличным жаждоутоляющим средством (благодаря содержанию в нем молочной и отчасти уксусной кислоты). Кроме того, «квас, — писал Д.В. Каншин, — хорош как легкоусвояемая пища и затем как введение в желудок кислоты, которая в малых количествах помогает пищеварению».

В народной медицине квас издавна использовался для лечения лихорадки, простуды, водянки, некоторых заболеваний кишечника, как мочегонное и слабительное средство. Русская госпитальная гигиена, учитывая народную привязанность к квасу и его целительные свойства (и конечно же дешевизну), сделала этот напиток обязательным для больных, лечащихся в лазаретах и госпиталях.

Готовили этот квас по такому рецепту: 4 пуда 10 фунтов ржаного солода, 1,5 пуда ржаной муки, 4 пуда ячменного солода. Все это всыпают в чан, наливают кипяченой воды и тщательно перемешивают. Полученное тесто разливают в чугуны, которые затем ставят в печь на 10 час. Затем содержимое чугунов вываливают в чан, доливают кипяток до 80 ведер и оставляют стоять 8 час. После этого сусло переливают в другой чан и уже из него разливают по бочкам. Затем 5 фунтов мяты запаривают в продолжение 7 час в чугуне, переливают в другой, больший, где разведено предварительно 3/4 фунта дрожжей и 2 фунта пшеничной муки, все это смешивают и поровну разливают в каждую бочку. По прошествии 2–3 дней квас готов к употреблению. Как видим, в приведенном рецепте кваса важнейшим компонентом является солод. При этом не один его вид, а два. Это в значительной степени улучшает питательную ценность напитка. Не найдете вы в старых рецептах кваса и сахара. Из-за своей дороговизны он был малодоступен широким

слоям простого населения. Да и необходимости в нем особой не было, так как благодаря солоду квас и без сахара имел сладковатый вкус. Иногда квас «облагораживали» медом.

Как правило, каждая хозяйка имела свой рецепт кваса, и в деревне обычно готовили «Дарьин квас», «Аксиньин квас» и т. д. Для русских более характерно использовать в пищу квас свежеприготовленный. Однако некоторые (надо думать, нерадивые) хозяйки умудрялись заваривать квас только раз в год (обычно в марте). По мере расходования в бочку с закваской добавляли воду. В конце-концов в бочке вместо приятного шипучего напитка образовывался жгучий уксус, который и пить-то было опасно.

За свою многовековую историю народ накопил массу всевозможных рецептов приготовления квасов. Однако в основе своей они сводились к следующему: смесь солода, ржаной, пшеничной или какой-нибудь другой муки, взятые в определенных для разных квасов пропорциях, засыпают в деревянную кадку и заваривают кипящей водой. Берут при заварке 1/10 часть той воды, которая необходима для кваса. Образующуюся густую тестообразную массу (затор) перемешивают веслом до тех пор, пока не появится сладкий вкус. Затем затор перекладывают в чугуны и ставят их в русскую, истопленную предварительно печь на сутки. Затем затор выливают в большой чан, разводят водой, оставляют стоять 2–3 час и отстоявшуюся жидкость по прибавлению к ней дрожжей (не более 1 % всех исходных материалов) разливают в бочки. Вместо дрожжей иногда добавляют забродивший ржаной хлеб. Бочки с квасом помещают на ледник или в подвал.

Конечно, приведенная канва приготовления напитка имеет сотни вариантов, которые отличаются набором хлебопродуктов, добавок и приправ, режимами обработки и т. д. Например, воду для разведения затора берут и холодную и горячую, время запенивания затора в печи тоже разное. Перед разливанием кваса в бочки его сдабривают сахаром, хмелем, мятой, изюмом, патокой, медом и пр.

Хлебные квасы готовились с большим искусством, удовлетворяли самые разные вкусы, соответствовали времени и месту их потребления в зависимости от климатических условий, времени года, привычек и запросов. Исключительные вкусовых достоинства, неповторимый аромат сделали этот напиток единственным в своем роде.

К большому сожалению богатейший народный опыт приготовления русских квасов с каждым новым десятком лет все больше забывается. Сегодня мы не знаем не только вкуса, но даже

и названий тех квасов, которыми угощали наши предки еще в прошлом столетии. Помните, у Н.В. Гоголя в «Мертвых душах»: «Парень лет 16 принес и поставил перед нами графины с разноцветными фруктовыми квасами всех сортов, то густыми как масло, то шипевшими как газовые лимонады».

Ну, ответьте, кто из наших современников имеет хоть отдаленное представление о «густых как масло» разноцветных квасах?

Квас старинный (с мятой и изюмом), русский (на ржаном и ячменном дробленом солоде), северный (из ржаной муки простого помола, исландского мха и черносмородиновых листьев), украинский (из ржаного сухого дробленого солода, белых сухарей, земляники, корицы и мяты), суточный, белый, красный, вишневый, клюквенный, смородиновый, яблочный, грушевый, медовый, брусничный, калиновый и еще сотня наименований на все вкусы.

Еще в 1892 году Д.И. Менделеев призывал к возрождению народного опыта приготовления кваса. Он писал: «…русский квас с его кислотностью и его здоровым сытным вкусом нужен теперь, когда искусство домашней заготовки кваса начало исчезать». И эти слова были написаны в то время, когда, по современным понятиям, Россия буквально купалась в квасе самых разных сортов. Если бы мы своевременно прислушались к мудрому совету великого ученого, сегодня наверняка бутылки с русским квасом прочно удерживали бы первенство среди прохладительных напитков на мировом рынке.

Когда-то профессия квасника была очень распространенной на Руси. При этом трудно было отыскать квасника, который был бы универсальным мастером по разным видам кваса. Как правило, это были узкие специалисты, специализирующиеся на производстве однородных квасов. Соответственно их и называли «квасники ячневые» (изготовлявшие квас из ячневой крупы), «квасники яблочные», «квасники грушевые» и др. Каждый квасник продавал свой квас только в отведенном ему районе. Нарушение этого правила грозило многими неприятностями. Наиболее строго это правило соблюдалось в Петербурге, где за сутки только бутылочного кваса продавалось около 2 млн. бутылок.

Особенно много торговцев квасом можно было встретить летом в Москве в Охотном ряду. В последней четверти XIX века москвичи особенно «уважали» квас из вареных груш, которые и в моченом виде лежали пирамидами на лотках шустрых торговцев. Квас же черпали из ведра специальными кружками.

Искусство квасоварения требовало большого мастерства и опыта, а также необходимого оборудования. Для выделки кваса,

например, применялась специальная кадушка с двойным дном. По современным понятиям производство кваса в те времена было безотходным. Оставшаяся после проданного кваса гуща использовалась для закваски следующей порции. Когда же эта гуща становилась непригодной для приготовления кваса, ее применяли в качестве довольно эффективного средства для чистки медных вещей, особенно медной посуды.

Квасоварка существовала даже при больницах, солдатских казармах и тюрьмах. Квасы всегда вырабатывали в России из полноценного натурального сырья — хлебного, плодов, ягод, меда, добавляя к ним различные травы, коренья, приправы и пр.

Для фруктовых квасов использовали главным образом дикорастущие яблоки, груши, клюкву, бруснику, морошку, землянику, смородину, малину и др.

«Добрый» хлебный квас всегда довольно успешно конкурировал со спиртными напитками и особенно с пивом. Не случайно поэтому «Российское общество охранения народного здравия» во второй половине прошлого столетия, покровительствуя квасоваренному производству, всячески стремилось развивать его в стране. Слышно, что «Общество охранения народного здравия» берет под свое попечительство квасное производство, писал в связи с этим Д.И. Менделеев, этому, вероятно, многие, возросшие на квасе, а в том числе и авторы этой книги, ответят искренним согласием, несмотря на улыбки и наветы на квасной патриотизм.

Хлебные квасы

Приготовить хороший хлебный квас в домашних условиях непросто. Основную трудность составляет, пожалуй, отсутствие в продаже солода. И тем, кто хочет испробовать настоящий русский квас (который совсем не похож на тот, что продают), придется приготовить солод самостоятельно.

Для этой цели зерна ровным слоем насыпают на дно плоского сосуда, выстланного кусочком хлопчатобумажной ткани. Сверху зерно также накрывают тканью. Затем в сосуд наливают теплой воды, чтобы зерно увлажнилось. По мере высыхания ткани ее следует смачивать водой.

Эта операция необходима для прорастания зерна. Обычно проростки появляются через сутки. У пшеницы они не должны быть длиннее 5 мм, а у других злаков чуть больше.

Затем пророщенное зерно следует хорошо высушить и перемолоть в муку.

Для приготовления солода можно использовать практически

каждый зерновой злак, но по сложившейся практике в России применялся для изготовления кваса ячменный и реже — ржаной солоды. Ячменный солод имеет преимущество перед солодами из других злаков в том, что при его прорастании легче и «привольнее» происходит образование диостазы (органическое вещество, превращающее крахмал в сахар и другие растворимые продукты).

Достоинство полученного солода находится в прямой зависимости от качества взятого зерна. «Доброта» ячменя, например, определяется следующими условиями: зерно должно быть «полно им веско», что свидетельствует о хорошем содержании в нем крахмала. Ячмень должен быть не старше 3-х лет и однороден, т. е. состоять из урожая одного и того года.

Так называемые «тонкие» сорта кваса готовили из солода нескольких видов зерновых.

Ароматизировали квасы различными добавками, в основном местного происхождения: мятой, шалфеем, зверобоем, хмелем, соками различных плодов, ягодами, цедрой лимонов и т. д.

Несколько слов о посуде, в которой готовят квас. Замес теста из муки и солода лучше производить в эмалированной кастрюле. Для настаивания квасного сусла лучше использовать специальный деревянный чан или эмалированную емкость. Важно, чтобы настойный чан был с крышкой, ложным дном и краном для слива квасного сусла. Ложное дно представляет собой обычную натянутую на обруч металлическую нержавеющую сетку (сито), которую укладывают в чан на деревянную крестовину и плотно заделывают у стенок его, чтобы в зазоры не проходило сусло.

Кран для сцеживания сусла располагают между дном и сеткой для удерживания гущи. Осветленное сусло через кран сливают в специальную посуду для сбраживания.

Во время настаивания сусла (затора) чан должен быть хорошо укутан ватным одеялом, чтобы затор не остывал.

Ну, а теперь от теории перейдем к практике, т. е. к описанию некоторых наиболее популярных в разные времена хлебных и фруктовых квасов. В этом нам поможет замечательная книга Д.А. Королева «Русский квас», изданная Пищепромиздатом в 1963 году.

Русский квас

(38 пол-литровых бутылок)

1 кг ржаного дробленого солода, 300 г ячменного дробленого солода, 600 г ржаной муки, 130 г ржаных сухарей, 80 г черствого

ржаного хлеба, 1 кг белой патоки, 30 г мяты.

Замешать из солода и муки с 3 л горячей воды тесто без комков и, накрыв посуду чистой тряпкой, дать ему настояться в течение 1 час (для осахаривания).

Выдержанное тесто переложить в огнеупорную посуду (чугун), накрыть крышкой и поставить в горячую печь (духовку) для упаривания. Упаренное тесто тщательно перемешать, отскоблить от стенок посуды, долить кипятком и оставить настаиваться на сутки.

Выложить тесто в настойный чан, залить его 16 л горячей воды, насыпать измельченные сухари и хлеб. Образовавшийся затор хорошо перемешать и оставить на 6-10 час для настаивания и осветления. Когда гуща осядет, а сусло начнет бродить, осторожно слить сусло в пропаренный и промытый чистый бочонок.

В оставшуюся гущу вторично залить 15 л горячей воды и настаивать в течение 2–3 час. После этого сусло слить в бочонок для сбраживания.

Слитое квасное сусло смешать с настоем мяты, патокой и оставить для сбраживания на сутки. После этого бочонок перенести в ледник.

Когда брожение станет менее интенсивным, в квас добавить белую патоку (1 кг на 30 л кваса), бочонок укупорить деревянной втулкой.

Через 3–4 дня квас готов к употреблению.

Хранится квас в леднике несколько месяцев, и свойства его от этого почти не ухудшаются. Разлитый в бутылки квас можно хранить в погребе или в холодильнике.

Северный квас

(30 пол-литровых бутылок)

3,2 кг ржаной муки простого помола, 16 кг муки из исландского мха.

I вариант. Ржаную муку и муку из исландского мха замешать с горячей водой в крутое тесто, из которого выпечь хлеб. Хлеб охладить, разломать на куски, которые сложить в настойный чан, залить 25 л крутого кипятка и, накрыв чистой тканью, выдержать в течение 4–6 дней. Настоенный осветленный квас осторожно слить в чистую посуду, разлить в бутылки, закупорить и перенести для хранения в ледник или в холодильник. Хранить бутылки в лежачем положении.

II вариант. Не все, конечно, могут заготовить исландский мох, хотя северянам, живущим в сельской местности, это вполне

по силам. При отсутствии муки из исландского мха квас можно приготовить из ржаного хлеба. Для этого 5 кг хлеба, 30 г черносмородиновых листьев, 600 г сахарного песка нужно развести в чане 9 л кипятка, смесь накрыть тканью и настаивать в теплом месте в течение 3–4 час. Охлажденное сусло осторожно слить в чистый бочонок, налить дрожжевую закваску и поставить на 2–3 дня в холодное место.

После закисания квас слить, несколько минут прокипятить, периодически снимая пену, и горячим профильтровать через несколько слоев марли.

Охлажденный квас разлить в бутылки, укупорить их пробками с проволокой и поставить в ледник либо в холодильник. Через 7 дней квас готов.

Закваску дрожжей готовят так: теплое квасное сусло или квас смешивают с пшеничной мукой, чтобы получилось негустое тесто. В тесто кладут немного сухих хлебопекарных дрожжей, разведенных в теплой воде. Размешав тесто и дрожжи, дают ему подойти, а затем выкладывают в сусло для брожения.

Исландский мох растет в северных районах СССР. Муку из него делают так: свежий мох вымачивают в течение 2–3 дней в чистой воде, меняя ее 2–3 раза в день, тщательно отжимают, высушивают в теплом месте. Высохший мох размалывают (или толкут в ступе) и просеивают через сито.

Красный квас

По 500 г дробленого ржаного, ячменного и пшеничного солода, 3,2 кг ржаной муки, 300 г пшеничной муки,? ст. дрожжей, 50 г мяты.

Из хлебных продуктов (кроме 50 г пшеничной и 50 г гречневой муки) замесить густое тесто на теплой воде. Заварить тесто кипятком и хорошо размешать до негустой консистенции. В полученное тесто влить ковш воды, переложить тесто в эмалированную посуду и поставить на сутки в истопленную печь (не вынимая углей). Когда тесто упарится, налить в него немного воды и выдержать, пока отмокнет корка. После этого тесто выложить в большую посуду, перемешать, налить 5 л кипятка (при тщательном размешивании) и добавить еще 10 л охлажденной кипяченой воды.

Во взболтанное сусло положить кусок льда и оставить квас для осветления. Закваску (в двух стаканах сусла размешать оставшуюся пшеничную и гречневую муку и добавить 1/2 ст. воды, выдержать в теплом месте, пока не подойдет) добавить в слитое с гущи сусло.

В оставшуюся квасную гущу налить 15 л теплой воды, хорошо размешать, дать отстояться и светлое сусло слить в тот же бочонок, в который слили предыдущее сусло.

Затем в бочонок добавить дрожжи и поставить его в погреб. Через трое суток квас готов. Хранят его не в бутылках, а в кувшинах с куском пищевого льда.

Квас этот был, пожалуй, самым популярным из всех хлебных квасов. Его одинаково охотно пили во всех губерниях необъятной России.

Белый квас

По 3 кг ржаного дробленого солода, ячменного солода, пшеничной муки, гречневой муки, 1,5 кг ржаной муки, 50 г мяты, 20 г изюма.

Хлебные продукты хорошо перемешать, медленно прибавляя крутой кипяток, замешать крутое тесто без комков. Переложить тесто в настойный чан и залить 10–12 л кипятка. Тщательно размешав тесто, добавить в него 3–4 ложки жидких дрожжей, закваски или квасной гущи из старого кваса, сдобрить прокипяченным настоем мяты, накрыть и оставить в теплом месте для сбраживания и осветления.

Хорошо выбродивший и отстоявшийся квас слить с гущи, разлить в бутылки, бросить в каждую несколько изюминок. Бутылки укупорить и хранить в холодном месте в лежачем положении.

Особенно популярен этот квас в конце прошлого века был в Рязанской, Тамбовской, Пензенской и ряде других губерний Центральной России.

Сухарный квас

(25 пол-литровых бутылок)

1 кг сухарей из солодового ржаного хлеба (несоленого), 600 г сахара, 50 г мяты, 20–30 г изюма.

Сухари залить 15 л крутого кипятка и настаивать в течение 4–5 час. Настоенное прозрачное сусло осторожно слить в чистую посуду, охладить, добавить сахар, настой мяты, дрожжи и оставить для брожения.

Сброженное сусло разлить в бутылки с одной-двумя изюминками в каждой и, не закупоривая, выдержать при комнатной температуре до тех пор, пока в квасе не станут подниматься пузырьки углекислоты.

Бутылки с квасом укупорить пробками, обвязать горлышко проволокой и уложить в ледник. Через 1–2 дня квас готов.

Подобный квас пользовался особой популярностью у посетителей купеческого клуба на Дмитровке в Москве. В последней четверти XIX века этот клуб славился своими квасами и фруктовыми водами.

Сегодня, когда большинство из нас постоянно испытывают дефицит времени, живут в городских малогабаритных квартирах, где не то что ледник, обычный погреб сделать невозможно, приготовить квас по старинным рецептам сможет далеко не каждый. Честно говоря, мы и не рассчитываем на это. Но найдутся те немногие, которые, преодолев все трудности, приготовят напиток наших прабабушек и по достоинству оценят его приятный кисло-сладкий вкус и неповторимый хлебный аромат.

Массовое же производство русских квасов по старинным рецептам и отработанной веками технологии, безусловно, должны наладить наша промышленность и кооперативы. Бутылки с разноцветными шипучими хлебными и фруктовыми квасами должны продаваться во всех магазинах и киосках. И будьте уверены, ни одна импортная «кола» не выдержит конкуренции с нашими квасами, приготовленными исключительно из отечественного натурального сырья.

Ну, а пока этого еще не произошло, предлагаем вам несколько рецептов приготовления кваса по упрощенной технологии.

Квас по этим рецептам может приготовить каждый.

Домашний квас

500 г ржаных сухарей, 40 г дрожжей, 200 г сахарного песка, 50 г изюма, 2-10 побегов свежей мяты, 3–4 листочка черной смородины, 4 л воды.

Хлеб нарезать ломтиками и подсушить в духовке до образования темно-коричневого цвета. Сухари залить кипятком и дать настояться в тепле 3–4 час. Сусло (если квас готовится не в настойном чане) процедить через несколько слоев марли, добавить в него сахар, разведенные в стакане сусла дрожжи, мяту, листья смородины и, накрыв посуду тканью, дать квасу настояться в теплом месте 10–12 час.

Когда сусло хорошо побродит, его следует вновь процедить и разлить по бутылкам, в каждую из которых положить по нескольку изюминок. Бутылки хорошо укупорить и поставить в холодильник. Через 3 суток квас готов.

Фруктовые квасы

До сих пор речь шла о хлебных квасах.

Наряду с ними в больших количествах готовили в России и фруктовые квасы. Особенно распространены были квасы из свежих яблок, клюквы, груш, брусники, малины, сливы, изюма, морошки и пр.

При изготовлении таких квасов сбраживали не только чистые соки, но и измельченные плоды и ягоды.

Для российских фруктовых квасов всегда было свойственно минимальное содержание алкоголя (1–3 %), в то время как во Франции, Англии, Германии, Венгрии и других странах Западной Европы преобладали квасы более крепкие (3–6 %).

Готовят фруктовые квасы следующим образом.

Вначале подготавливают фрукты и ягоды. Яблоки, груши и другие крепкие семечковые плоды измельчают, а ягоды (клюкву, рябину, бруснику и др.) раздавливают в деревянном лотке или эмалированной кастрюле деревянной толкушкой. Мягкие ягоды (малину, землянику) закладывают в бродильную посуду целиком.

Сушеные ягоды и фрукты настаивают в воде в течение суток.

Подготовленные фрукты или ягоды закладывают в стеклянные бутылки, деревянные или эмалированные емкости (желательно с ложным дном и краном для сцеживания). При этом сладкими ягодами посуду заполняют полностью, а кислыми (клюква, рябина, терн) — только наполовину, другую половину заполняют прохладной кипяченой водой. Посуду с фруктами ставят в холодное место для брожения. В теплом помещении брожение проходить не должно.

Через 2–3 дня квас готов. Его осторожно сливают в чистую посуду, а фрукты снова заливают водой и настаивают 2–3 дня.

Перед разливом в бутылки в квас добавляют мед, сахар, всевозможные добавки. Хранят квас в холодильнике или погребе.

Яблочный квас

Известно множество вариантов приготовления этого кваса, который был особо популярен в России во второй половине XIX века и назывался сидр. Родиной сидра считается Франция, что, кстати, подтверждает и само название напитка.

Для этого кваса лучше всего использовать кислые лесные или антоновские яблоки.

8-12 кг измельченных яблок, 1,5–2 кг меда или сахара, 3 чайные ложки молотой корицы, 6–8 л кипяченой воды.

Разрезать яблоки на части и сложить в чистый полотняный

мешок. Мешок завязать и уложить в эмалированный бак (лучше с ложным дном). Придавить яблоки деревянным кружком, на который положить груз. Залить в бак воду с растворенным в ней медом или сахаром. Накрыть бак чистой тканью и оставить в погребе (леднике) для сбраживания на 4–5 недель.

Когда квас перебродит, осторожно слить его в чистую посуду, которую оставить для хранения в леднике.

Мезгу снова залить водой с медом или сахаром и через 4–5 недель снова слить сброженный квас в чистую посуду. После третьего сбраживания мезгу выбросить, а квас всех трех сливов смешать и оставить в леднике до тех пор, пока он хорошо не перебродит (обычно 6–9 мес).

Хорошо перебродивший прозрачный яблочный квас разлить в бутылки и, плотно укупорив их, выдержать в леднике еще 3–4 недели. После этого квас (наконец-то) готов.

Приведем и более простой способ приготовления яблочного кваса:

1 кг антоновских яблок, 100 г сахара, 200 г меда, 30 г дрожжей, 1 чайная ложка молотой корицы, 4 л воды.

Нарезанные тонкими ломтиками яблоки сложить в эмалированную кастрюлю, залить холодной водой и довести до кипения. Сняв кастрюлю с огня, дать яблокам настояться 2–3 час. Отвар процедить через марлю, добавить сахар, мед, дрожжи, корицу и, накрыв плотно, оставить в теплом месте для сбраживания. Через 2–3 дня квас снова процедить и разлить в бутылки.

Бутылки плотно укупорить и поставить в холодильник. Дня через 3–4 квас готов.

Вишневый квас

4 кг спелой вишни, 300 г сахара, 35–40 г изюма, 8 л воды.

Слегка промытые, очищенные от косточек вишни уложить в эмалированную кастрюлю, залить водой в соотношении 1:2 и кипятить до тех пор, пока вода не станет темно-красной. Горячий сок профильтровать через несколько слоев марли, слить его в эмалированную или стеклянную, а лучше всего деревянную емкость, добавить сахар, изюм, накрыть полотном и оставить для сбраживания. Когда сок начнет бродить, его разливают в бутылки, как и яблочный квас.

Лимонный квас (первый вариант)

500 г лимонов, 300 г сахара, 50 г изюма, 20 г дрожжей, 4 л воды.

Воду вскипятить и растворить в ней сахар. Раствор охладить до комнатной температуры, добавить сок, выжатый из лимонов, дрожжи, мелко нарезанную цедру от 1–2 лимонов (предварительно ошпаренную кипятком). Смесь оставить в теплом месте для сбраживания. Далее готовить так, как квас домашний.

Лимонный квас (второй вариант)

5–6 лимонов, 1,5 кг сахара, 450 г изюма, 200 г дрожжей, 3 столовые ложки муки, 2 чайные ложки риса, 20 л воды.

Лимоны разрезать, удалить зерна и вместе с кожицей положить в чистый деревянный бочонок. Туда же засыпать сахар, 400 г изюма, влить 15 л кипятка. После того как вода остынет, добавить в нее дрожжи, разведенные в двух стаканах теплой воды с мукой. На следующий день влить еще 15 стаканов холодной воды. Как только лимоны и изюм всплывут и появится пена, квас необходимо тут же процедить и разлить в бутылки. В каждую бутылку положить по 2–3 ягоды изюма и несколько зерен риса. Бутылки хорошо укупорить и поставить в погреб. Через 8 дней квас готов.

Компоты

Компоты, безусловно, не являются чисто русскими напитками. Однако они уже давно получили у нас постоянную прописку и сегодня очень популярны среди населения. Они используются как завершающее обед блюдо, а также для утоления жажды. Варят компоты обычно в 3-4-литровых кастрюлях и хранят день-два в холодильнике. Для приготовления компотов используют свежие, сушеные, консервированные или быстро замороженные плоды и ягоды в самых различных комбинациях.

Компот из яблок

6–8 яблок средней величины, 1 1/3 ст. сахара, 1 рюмка виноградного вина, лимонная кислота на кончике чайной ложки, корица по вкусу, 5 стаканов воды.

Яблоки или груши перебрать, промыть (плоды с грубой кожицей очистить), нарезать дольками, удалить сердцевину с семенами и положить плоды в воду, добавив немного лимонной кислоты. Кожицу и сердцевину сложить в отдельную посуду, залить пятью стаканами воды и варить в течение 10–12 мин, после чего отвар процедить, добавив в него сахар. В полученный сироп положить подготовленные дольки яблок или груш и варить при слабом кипении 6–8 мин. Для ароматизации в компот можно положить цедру лимона, апельсина или корицу, а для улучшения вкуса после охлаждения влить немного виноградного вина.

Компот из сильно разваривающихся сортов яблок (апорт, антоновка) и груш (дюшес и др.) следует готовить несколько иначе. Приготовленные яблоки и груши этих сортов положить в неокисляющуюся посуду, залить кипящим сиропом и охладить, после чего аккуратно вынуть шумовкой, разложить в порционную посуду и залить сиропом.

Компот из слив

600 г слив, 1 1/3 ст. сахара, остальные продукты, как для компота из яблок.

В кастрюлю высыпать сахар, залить его горячей водой, довести до кипения и проварить 5–7 мин. Пока варится сироп, очень спелые сливы промыть, разрезать пополам и удалить косточки. Плоды опустить в кипящий сахарный сироп, добавить лимонную кислоту и варить 2–3 мин. Готовый компот охладить.

Компот из вишни

600 г вишни, 1 рюмка виноградного вина, в остальном продукты, как для компота из яблок.

В кипящий сахарный сироп, сваренный на воде с добавлением лимонной кислоты, погрузить перебранные и промытые ягоды, после чего нагревание прекратить и дать компоту настояться до полного остывания. В охлажденный компот можно добавить немного виноградного вина.

Компот из земляники

600 г ягод земляники, 1 2/3 ст. сахара, 4,5 ст. воды.

Ягоды перебрать, удалить плодоножки, промыть в холодной воде, после чего разложить в порционную посуду, залить теплым сахарным сиропом и дать настояться. В сироп можно добавить немного лимонной кислоты.

Таким же образом можно приготовить компот из малины, клубники, морошки.

Компот из дыни и слив

500 г дыни, 200 г слив, 1,3 ст. сахара, лимонная кислота по вкусу, 4 ст. воды.

Мякоть дыни нарезать на маленькие кусочки. Сливы разрезать пополам и удалить из них косточки. Если косточки плохо отделяются, то сливы варят целиком. Подготовленные сливы опустить в сироп, довести его до кипения, охладить, добавить кусочки дыни и разлить в порционную посуду. Кусочки дыни можно класть непосредственно в креманки.

Компот из крыжовника

600 г крыжовника, 1,3 ст. сахара, 5 ст. воды.

Ягоды перебрать, обрезать плодоножки, промыть в холодной воде, затем ошпарить крутым кипятком. Сварить сахарный сироп, опустить в него ягоды и кипятить в течение 2–3 мин. Готовый компот охладить.

Компот из брусники

300 г брусники, 3–4 яблока, 1,3 ст. сахара, 5 ст. воды.

Яблоки зимних сортов промыть, очистить, нарезать

дольками, удалить из них сердцевину. Из отвара яблочной кожуры и сердцевины приготовить сироп (так же, как для киселя из черники). В сироп положить дольки яблок, довести его до кипения, добавить моченую бруснику и охладить.

Сласти

Слово «сласти» в русском языке имеет значение не только вкусового ощущения, но и всего приятного. Вероятно, это связано с теми положительными эмоциями, которые вызывают у человека сладкие кушанья.

И не случайно поэтому сладкие блюда в русской кухне традиционно подаются в конце обеда. Ведь еда, начатая с удовольствием, должна удовольствием и оканчиваться.

До появления в России сахара основой всех сладких блюд был мед. Этим объясняется то, что мед входил во многие блюда, дошедшие до нас из седой старины. Кроме того, прекрасный аромат и цвет меда как нельзя лучше способствуют приготовлению вкусных и красивых сладких блюд.

Да и в чистом виде мед в России веками использовался как наипервейшее лакомство.

С началом массового производства сахара в стране большая часть всех сладостей стала готовиться без меда. И сегодня современный русский сладкий стол в основном представлен блюдами, приготовленными с использованием сахара.

Традиционными сладкими блюдами России являются кисели, творожные массы, пряники, караваи.

Правда, в старину кисели были несладкие. Готовили их из овса и гороха. Но со временем стали преобладать фруктовые кисели. По существу, современный кисель более правильно отнести к напиткам, так как он имеет жидкую желеобразную консистенцию.

Для приготовления киселей используют свежие и сушеные плоды и ягоды, фруктово-ягодные пюре, соки, сиропы, экстракты, молоко и другие продукты. Пожалуй, важнейшим компонентом при приготовлении киселей служит крахмал. От количества крахмала зависит густота приготовленного киселя: чем больше крахмала, тем гуще кисель.

Кисели

Черничный кисель

250 г свежей черники, 1 ст. сахара, 3 столовые ложки картофельного крахмала, 7 ст. воды.

Ягоды перебрать и хорошо промыть, затем отжать сок, слить в неокисляющуюся посуду и, накрыв крышкой, поставить в холодильник. Оставшуюся мезгу положить в кастрюлю, залить горячей водой и кипятить в течение 4–6 мин, после чего процедить через частое сито. В приготовленный отвар всыпать сахарный песок, вновь нагреть до кипения и удалить с поверхности пену. Крахмал всыпать в отдельную посуду, развести холодной питьевой водой и процедить. Затем влить его в горячий ягодный сироп, непрерывно размешивая, после чего кисель довести до кипения и добавить отжатый и охлажденный сок.

Этот кисель можно приготовить также из клюквы, брусники, черной и красной смородины.

Если кисель готовят из не вполне зрелых ягод, то для того, чтобы сохранить первоначальную окраску киселя, в ягодный сок после первого процеживания можно добавить лимонную кислоту.

Яблочный кисель

4–5 свежих яблок, 1 ст. сахара, 3 столовые ложки картофельного крахмала, лимонная кислота на кончике чайной ложки, 6,5 ст. воды.

Яблоки промыть, нарезать дольками, удалить сердцевину с семечками, залить горячей водой и варить в течение 15–25 мин (в зависимости от сорта яблок). Когда яблоки разварятся, процедить отвар через сито с мелкими ячейками. Разваренные яблоки протереть, соединить с отваром, добавить лимонную кислоту, сахар, размешать и нагреть до кипения. В полученный горячий сироп влить разведенный питьевой водой крахмал, быстро размешать, довести до кипения, разлить в порционную посуду и охладить.

Рябиновый кисель

300 г черноплодной рябины, 1,3 ст. сахара, 3 столовые ложки картофельного крахмала, лимонная кислота на кончике чайной ложки, 6,5 ст. воды.

Ягоды перебрать, промыть, протереть, сок слить в посуду и охладить. Оставшуюся мезгу залить горячей водой, добавить сахар, лимонную кислоту, тщательно размешать, нагреть до кипения и процедить. В готовый сироп влить разведенный картофельный крахмал и довести до кипения. После заваривания крахмала в кисель сразу же влить охлажденный ягодный сок и хорошо размешать.

Кисель из плодов шиповника

100 г сушеного шиповника, в остальном — как для киселя из черноплодной рябины.

Плоды шиповника перебрать, промыть, залить кипящей водой и дать настояться 2–2,5 час. Затем вместе с ягодами тщательно протереть, процедить. Часть настоя оставить для разведения крахмала, а оставшуюся часть нагреть до кипения, добавить сахар, лимонную кислоту, ввести разведенный картофельный крахмал, охладить.

Тыквенный кисель

400 г тыквы, 2–3 яблока, в остальном — как для киселя из черноплодной рябины.

Подготовленные яблоки нарезать дольками, а мякоть тыквы — произвольно. Положить все это в кипящую воду, сварить до мягкости, протереть вместе с отваром. Всыпать сахар, довести до кипения, ввести предварительно разведенный охлажденным отваром крахмал и снова довести до кипения. Затем кисель охладить.

Клюквенный кисель с молоком

200 г клюквы, 1,25 ст. сахара, 4 столовые ложки картофельного крахмала, 2 ст. молока, 1 столовая ложка сахарной пудры, 6,5 ст. воды.

Густой клюквенный кисель приготовить так же, как кисель из черники, увеличив норму вложения крахмала и время варки. К киселю подать молоко или взбитые сливки.

Медовый кисель

1/4 ст. лимонного сока, 300 г меда, 1/3 ст. сахара, 3 столовые ложки картофельного крахмала, 6,5 ст. воды.

Развести в горячей воде половину нормы меда, добавить

сахар и довести смесь до кипения. Картофельный крахмал развести холодной кипяченой водой, заварить им, помешивая, кипящий сироп. Снять смесь с огня и влить оставшийся мед и лимонный сок. Кисель хорошо перемешать, охладить.

Кисель из варенья

300 г варенья, 2 столовые ложки сахара, остальные продукты — как для киселя из черноплодной рябины.

Варенье развести водой и нагреть до кипения, затем процедить через сито, одновременно протирая ягоды, добавить сахар и лимонную кислоту. Во вновь доведенный до кипения отвар тонкой струйкой влить разведенный питьевой водой картофельный крахмал. Готовый кисель охладить.

Для этого киселя можно использовать любое варенье — из клюквы, брусники, черной смородины и пр.

«АЛЬМАНАХ ГАСТРОНОМОВ» И.М. РАДЕЦКОГО

Книга «Альманах гастрономов», увидевшая свет в 1852 году, замечательна уже тем, что ее автор, И.М. Радецкий, написал ее, основываясь исключительно на собственном опыте и лично приготовил и испробовал все описанные им кушанья. С юношеских лет Радецкий постигал азы кулинарии, обучался в Париже и дослужился до звания «начальника кухни». Так в ту пору в России называли главных поваров или, на французский манер, метрдотелей.

В предисловии к «Альманаху» автор не без основания утверждает, что в этой книге все объяснено таким образом, что все написанное «поймет не только каждый хороший повар… Издатель книги вполне убежден в ее пользе и надеется, что предлагаемые им блюда понравятся людям, одаренным тонким вкусом, точно так же, как эти блюда нравились тем, для которых автор книги приготовлял их, заведывая аристократическими кухнями». При этом наряду с изысканными кушаньями автор не пренебрегает и простыми блюдами, так как, по его мнению, «в поваренном искусстве все зависит от качества припасов и приготовления; простое превращается приготовлением в изящное».

Безусловный интерес для наших современников и соотечественников представляют рассуждения Радецкого по поводу сравнения парижской и петербургской кухни.

При всех неудобствах парижской кухни, писал он, пальма первенства вкуса и изобретательности принадлежит французским гастрономам и их кухне, хотя Париж и не выше прочих столиц имеет провизию, а что касается, например, рыбы и дичи, Петербург (как и сами французы в том сознаются), выше Парижа. «Где найдется столь полный комплект живой рыбы во всякое время года, как в России; дичь у нас торговцы считают не штуками, а тысячами пар, и, невзирая на суровость нашего климата, мы имеем также круглый год свежую спаржу, шампиньоны, разный салат и множество противных температуре растений. Италия и Испания в январе имеют свежие бобы и огурцы, — мы тоже имеем, хотя не столь изобильно, а земляника, малина и виноград поспевают у нас в оранжереях ранее заграничного».

Строки эти сегодня кажутся фантастикой. Просто не верится, что когда-то все это было. А ведь было же!

Буквально на одном дыхании читается и очерк Радецкого «Взгляд на древнюю и современную гастрономию», где автор дает краткую историю греческой, римской и русской кухни. Приведем хотя бы некоторые выдержки из этого интереснейшего очерка. Гастрономия или изящество в яствах и напитках, считает Радецкий, появилась у всех народов вместе с образованностью и просвещением.

Первые упоминания об изысканных пиршествах связаны с евреями. Интересна была сама процедура, которой подвергался приглашенный на пир. С него снимали сандалии, «умывали ноги и намащали благовониями все тело, бороду и даже одежду». Голову украшали венками из цветов. Почетным гостям подносили несколько порций яств. За столом играла музыка, пели певчие, гостей забавляли шуты и комедианты. При расставании у гостей снова «намащали бороды благовониями». Пиры устраивались вечером, с закатом солнца. Женщины на пирах появлялись редко.

Сложившиеся у евреев обычаи пиров переняли греки, усовершенствовав их. Особенно со времен Перикла (V в. до н. э.), с именем которого обыкновенно связывается расцвет афинской демократии, греческой литературы и искусств («Периклов век»). Афиняне отличались во всем тогдашнем мире великолепием пиршеств. Греческие нравы и обычаи стола переняли римляне и вскоре так трансформировали их, что превзошли не только греков, но и все народы, древние и новые, в великолепии, расточительстве, особенно на своих пиршествах.

Древние римляне перед пиршеством принимали благовонные ванны, потом украшали голову венком из цветов и располагались вокруг стола на ложах. Прислуживали за столом невольники, а забавляли гостей прекрасные женщины, играя на лирах, распевая застольные стихи и эпиталамы, демонстрировали свое искусство танца и пляски.

Некоторые подробности римских пиров весьма любопытны. На пиршествах обыкновенно избирали по жребию царя пира, щегольски одетые и подпоясанные белыми передниками слуги торжественно приносили блюда и устанавливали их на стол. За ними следовал дворецкий, который с чрезвычайной ловкостью и искусством разрезал на части птицу и прочую жареную снедь. Все это делалось на глазах у пирующих и служило для возбуждения аппетита. Другие слуги, в таких же богатых одеждах, должны были менять посуду на столе и наливать в кубки вино. Вино в кубках переходило поочередно вокруг стола столько раз, сколько букв насчитывалось в имени особы, за здоровье которой был предложен тост.

Обед состоял из множества разнообразных блюд и начинался

всегда свежими яйцами, а заканчивался десертом, который на другом столе приготовлялся из свежих и вареных плодов и ягод, а также пряников и других сластей, называемых римлянами закусками.

Как считает Радецкий, во время римских обедов «забывалось все, кроме приличия, и мудрые римляне называли обеденное время отдыхом, даденным природою человеку на всякий день. Вкусными яствами каждый укреплял физические силы, а поучительною беседою мудрых старцев юноши и неопытные обогащали ум свой». Может, в отношении обычных обедов это и справедливо, а вот о римских пирах мнение многих современников было иное: их считали воплощением излишеств и даже разврата.

Радецкий считает, что с падением Рима «гастрономия, хотя и переходила из одной страны в другую, но была только тенью древнего римского величия. К тому же, каждый век и народ изменял правила и формы гастрономии сообразно своим нравам и обычаям».

Итак, после римского великолепия наступила мрачное Средневековье. При нашествии варваров на Европу исчезли во всем тонкий вкус и изящество. Варвары ели много и упивались вином, изящество для них было чуждым. Такая же неумеренность господствовала и на пиршествах рыцарей.

За Средневековьем началось Возрождение.

Многие авторы считают, что возрождение кулинарного искусства в Европе началось со времен Екатерины Медичи и именно во Франции. Французы унаследовали некоторые черты из «характерных римских древних причуд и основали гастрономию французскую, которая, хотя и уступала римским избыткам, однако же была в своем роде великолепная и богатая, что продолжалось до времен французской империи».

В XIX столетии, по мнению Радецкого, «гастрономия получила новое преобразование: истинные ее поклонники не щадили трудов и ума для изобретения всего изящного и старались привести ее в первобытное состояние. И точно, в руках таких отличных художников, как французы, гастрономия воскресла! Франция к римскому изобилию яств прибавила изящный вкус, отличное приготовление и артистическую отделку, от малой и до большой вещи; одним словом, довела гастрономию до возможного совершенства».

«Французские гастрономы, — пишет И. Радецкий, — торжествовали; пока и в их изобретении заметили неудобства; например, тщательную, но излишнюю уборку яств, как то: холодных, паштетов, кремов, желе и для оных постаменты,

пирамиды и кроканты, в различных видах сделанные, со всеми архитектурными правильностями, лепными украшениями, бордюрами и проч. Это более интересовало присутствующего, привязывало взор каждого до утомления, но аппетит был в каком-то неохотном расположении, а потому декорация французской гастрономии более вредила, чем благоприятствовала тонкому вкусу; ибо после обедов большая половина бывших на столе яств оставалось неупотребленною; притом слабой комплекции гости в испарении и ароматах от всех яств и освещения не могли просидеть весь обед, продолжавшийся до трех и более часов».

Значительное место в очерке Радецкий отводит российскому застолью. «В нашем благодетельном отечестве, — пишет он, — гастрономия известна с древних времен под названием русского хлебосольства. Вначале был введен обычай принимать странников; в трапезное время рассылали слуг для встречи странников и приглашения их к обеду». Отметим, что такой обычай появился и существовал долгое время и в очень широких масштабах только на Руси. Этот обычай — лучшее свидетельство отзывчивости славян, их миролюбия и дружелюбия.

Со временем обычай хлебосольства у русских так расширился, что странников просто не хватало на все хлебосольные дома. Чтобы удовлетворить эту глубоко укоренившуюся привычку, из-за «дефицита» странников начали приглашать на обеды близких соседей, которые, в свою очередь, стали устраивать ответные обеды. Приглашенные стали называться гостями, а явление это получило название гостеприимство.

Об обстановке, в которой у русских проходили застолья, Радецкий пишет, что «у нас стол, в назначенной для обеда комнате, не загроможден богатыми постаментами, на которых у французов до прихода гостей ставятся блюда с яствами, — а накрыт натурально и на нем помещаются лишь необходимые для стола принадлежности и цветы… Но присмотритесь, сколько поэзии в этой натуральной картине! Наша столовая не встречает гостя испарениями и ароматами яств, но чистый, свежий воздух вызывает аппетит у входящего в нее, и взор его не встречает крокантов, паштетов и пирамид, как предметов, достойных удивления. Зато каждое подаваемое кушанье изящно, вкусно и приготовлено так, что каждый гость без затруднения может взять желаемое. Бордюры и лепные украшения на яствах из посторонних веществ вовсе не приняты, а что подается на блюде, то красиво для вида и вкусно для употребления, не исключая даже паштетных тест, постаментов для холодного, кремов и желе».

И. Радецкий подчеркивает, что русские хлебосолы умеют очень хорошо угощать и время обеда обычно «пролетает мгновенно, но радушный прием хозяев остается незабвенным».

Как одну из особенностей русской кухни Радецкий отмечал естественность последней. Вспоминая безудержные лукулловские пиршества и обеды Генриха XIV, он писал, что «первый снаряжал корабли и посылал на них в далекие страны охотников для доставления известного рода птиц и рыб, второй угощал соусами из птичьих мозгов, для чего и наряжались тысячи охотников и истреблялось множество голубей. У нас же все это совершалось бы без затруднений. — Россия так богата удобствами и припасами, что если бы вздумалось кому-либо из наших гастрономов предложить угощение из птичьих языков, то Рождественская С.-Петербургская ярмарка легко бы могла удовлетворить сотни желающих».

Кроме того, в нашей кухне Радецкий видел отсутствие излишеств.

Отмечал автор и некоторую консервативность русского кулинарного искусства. Однако считал это не недостатком, а скорее достоинством. «Наши гастрономы, — пишет он, — не торопясь вводили здраво обдуманные улучшения и не щадили ни времени, ни издержек для усовершенствования, зато и гастрономия наша в настоящее время не имеет соперничества».

К большому сожалению, эти слова Радецкого даже с натяжкой мы не можем отнести к нашей современной кухне. Искусство старых мастеров постепенно выхолащивается нехваткой даже самых обычных для России продуктов, непрестижностью профессии повара, массовостью приготовления блюд в общепите и самим общепитом, для которого вал полностью перечеркнул интересы человека — личности. Все это очень грустно, особенно учитывая, что искусные руки кулинара, как и музыканта, не смогут восстановить никакие книги. Для этого нужно время, ох как много времени!

И все же книги, подобные «Альманаху гастрономов», — это те драгоценные зерна, которые посеяли наши мудрые предки в надежде на то, что мы воспользуемся их всходами.

Радецкий описал в своей книге 330 рецептов русских и зарубежных кушаний. Некоторые из них мы приводим ниже.

Калья

Нашинковав огурцов, кислой капусты, луку и разных кореньев, поджарь это в масле и, положа муки, накати рыбным бульоном. Изрезав кусками 1,5 фунта белужьей тешки, опусти сии куски в калью, вскипяти, снимая пену, и потом приправь огуречным рассолом. Вынь из кочанной капусты стебельки; изрезав маленькими кусочками 1/2 фунта паюсной икры, завертывай каждый кусочек в сказанный капустный листок и, посадив на шпильку штук по 5-ти, опускай в калью и припусти до готовности. Пред отпуском, сняв со шпилек кусочки икры и вывернув оные из капустных листков, опусти их в калью, в которую посыпь зеленого укропа, положи соленый лимон и отпускай.

Ботвинья с огурцами

Нарезать нужное количество очищенных огурцов 4-х угольными кусками, положить в кастрюлю и поставить на лед. Очистить, вымыть и сварить щавель в соленой воде, протереть сквозь частое сито и поставить в холодное место.

Очистить немного молодого шпината и столько же молодого свекольника, вымыть, бланшировать до мягкости в кипятке и когда будет готово, отлить в холодную воду, отжать и изрубить мелко. Перед отпуском соединить все вместе, развести процеженными сквозь сито кислыми щами, снабдить по вкусу солью, мелким сахаром и посыпать мелко изрубленной зеленью, т. е. укропом или петрушкой, а также положить тонкие дольки яблок, опустить несколько кусочков чистого льда.

Отварив особо в соленой воде (по количеству персон) часть лососины, остудить ее на льду, потом выложить на блюдо, обложить зеленой петрушкой и подавать с ботвиньей. При этом для любителей подается тертый хрен.

Котлеты бараньи

Очистить нужное число бараньих котлет с косточками, уложить на прованское масло в сотейник, снабдить солью, перцем и, положив цельных пряностей и два зубца чеснока, покрыть бумагой и зажарить на легком огне. Когда котлеты будут вполовину готовы, перевернуть их и, дожарив до готовности, снять с огня, наложить на них легкий пресс и остудить в холодном месте. Потом осушить от масла, очистить и обровнять как должно.

Изрубить мелко одну луковицу с двумя зубцами чеснока и, положив на прованское масло в сотейник, запассеровать до желтого цвета. Когда будет готово, положить красного соуса, вскипятить густо, прибавить рубленых шампиньонов, снабдить по вкусу солью, замаскировать котлеты и уложить на плафон. За 15 минут до отпуска поставить в умеренно горячую печку и разогреть; затем уложить котлеты на блюде, а в середину — пюре из томатов.

Котлеты телячьи, шпигованные, со щавелем

Очистить нужное число телячьих котлет с косточками и нашпиговать шпиком. Покрыть дно сотейника телячьими обрезками, кореньями и пряностями, сверх которых уложить котлеты и залить белым бульоном. За час до отпуска закипятить на плите и накрытыми поставить в печку. Когда будут вполовину готовы, открыть, заглясеровать и дать колер. Потом влить на блюдо щавель, обложить кругом котлетами и залить кипяченым до густоты собственным соком. Остальной сок подается в соуснике.

Холодное из куропаток

Очищенные и заправленные куропатки уложить на растопленное масло в кастрюлю и изжарить. Когда будут готовы, разрезать частями, сложить в сотейник, а кости положить обратно в кастрюлю, влить 1/2 бутылки вина бордо и, прокипятив немного, сцедить вино в сотейник, прибавить красного соуса, ложку пюре из томатов, соку из шампиньонов, потом кипятить до надлежащей густоты. Процедить сквозь салфетку к куропаткам и дать кипеть на легком огне 10 минут. Слив соус в сотейник, кипятить его на плите до возможной густоты, а куропаток сложить на лист и остудить на льду. Когда соус будет готов, снять с огня и обмакивать холодные части из куропаток, укладывать порядком на лист, украсить сверху грибами. За 15 минут до отпуска сложить на приготовленное для холодного блюдо, обложить кругом грибами.

Фрикасе из цыплят на холодное

Очищенных, вымытых и заправленных маленьких цыплят положить в кастрюлю, налить белым соусом и, снабдив солью, соком из 1/2 лимона, 3-мя очищенными луковицами и очистками из шампиньонов, упарить на легком огне до готовности. Потом вынуть цыплят из соуса, разрезать пополам и положить на плафон в холодное место. Слив соус в сотейник, кипятить его до возможной густоты, зальезенировать желтками, процедить сквозь салфетку, снабдить по вкусу и залить оным цыплят. Когда цыплята остынут, уложить их на приготовленное для холодного блюдо и обложить грибами.

Котлеты из вепря с соусом вишневым

Взять котлетную часть вепря с косточками, положить в маринад на 4 часа. Потом, вынув и осушив на салфетке, положить в соразмерную кастрюлю, снабдить кореньями и пряностями, с частью корицы, влить суповую ложку бульона, один стакан вишневого сиропа и, за два часа до отпуска, поставить на огонь. Сварить до мягкости. Потом вынуть на доску, разрезать в виде котлет с косточками и уложить на серебряное блюдо. Посыпать сверху мелко толченой корицей с частью кардамона, полить вишневым сиропом и, засыпав тертым кислосладким хлебом, полить сверху снова вишневым сиропом, прибавить немного процеженного сока, в котором котлеты варились. Довести до кипения на плите и затем поставить в горячую печку на 15 минут, поливая часто собственным соком, дабы котлеты не получили лишнего колера и чтобы сок осадился до соусной густоты.

Карп с разным гарниром по-флотски

Очистить и разрезать карпа порционными кусками, положить в кастрюлю, влить одну бутылку красного вина, снабдить солью и пряностями, положить половину фунта масла, три луковицы и сварить на легком огне до мягкости. Когда будет готово, вынуть, уложить в сотейник, закрыть его и поставить в горячую воду на пар.

Сок вылить в сотейник, прибавить красного соуса, сок из шампиньонов, глясу и кипятить на плите до надлежащей густоты. Затем процедить сквозь салфетку и поставить на пар.

Перебрать и вымыть немного кишмиша, положить его в кастрюлю, залить бульоном и уварить до мягкости с частью сливочного масла. Выбрать соответственное количество мелких шампиньонов и соединить вместе с кишмишем. Взять столько же уваренного до глясу мелкого лука, положить в гарнир и, залив вышесказанным соусом, кипятить на плите. Перед отпуском уложить карпа на блюдо и залить сверху гарниром.

Осетрина по-русски с огурцами

Взять нужное количество свежей осетрины, вымыть и, связав нитками, положить в рыбный котел, обложить очистками от шампиньонов, белых кореньев и соленых огурцов, влить 2 стакана огуречного рассола, долить водой, снабдить по вкусу солью и пряностями, положить кусок масла, глясу, 4 штуки очищенного лука, поставить на огонь. Сварить до мягкости. Когда будет готова, вылить бульон в сотейник, прибавить красного соуса и кипятить до надлежащей густоты. Потом процедить сквозь салфетку в кастрюлю, поставить в горячую воду на пар.

Гарнир: наточить или вырезать гарнирной ложкой белых кореньев, т. е. сельдерея и петрушки, и бланшировать каждое особо и, сварив в бульоне до мягкости, соединить вместе и поставить также на пар.

Очистить и нарезать выемкой соответственное количество соленых огурцов, бланшировать в воде и, сварив в бульоне до мягкости, соединить вместе с кореньями.

Взять соответственное количество шампиньонов, сваренного на глясе мелкого лука и положить в гарнир.

Очистить ровных огурцов 6 штук, разрезать пополам, вынуть середину и бланшировать в воде. Потом нафаршировать кнелью из рыбы, убрать сверху грибами, сложить в сотейник, залить бульоном и сварить до мягкости.

Перед отпуском, очистив от ниток и верхней кожи осетрину, положить на блюдо, обложить гарниром, залить соусом и сверх гарнира положить фаршированные огурцы. Подать тертый хрен в соуснике.

Селедка с яблоками

Нарезать правильными четырехугольными кусочками селедку без костей (голову и хвост оставить) и столько же отваренного и очищенного картофеля и хорошего вкуса очищенных сырых яблок, положить мелко изрубленных петрушки и укропа, размешать, прибавить по вкусу прованского масла, уложить на тарелку в виде селедки, приложив голову и хвост, подавать.

Холодное из стерляди по-русски с огурцами

Очистить стерлядь, изрезать порционными кусками, положить в кастрюлю, налить водой и, снабдив по вкусу солью, кореньями и пряностями, уварить до мягкости. Когда будет готова, выбрать в каменную посуду и поставить покрытой в холодное место. В бульон же прибавить очищенных ершей и два стакана огуречного рассола, а для крепости — ланшпика из телячьих ножек или рыбного клея. Уварить. Потом уложить стерлядь в форму для холодного, налить полную рыбным ланшпиком и застудить на льду. За 15 минут до отпуска выложить на приготовленное для холодного блюдо и обложить крутонами. При оном особо подавать салат для холодного из огурцов и хрен.

Кулебяка из кислого теста с разными фаршами, угрями, семгой и молоками

На 4 фунтах муки поставить опару на дрожжах. Когда тесто взойдет, замесить его на 1/2 фунта орехового масла с солью. После сего, уложив тесто в чашку, покрыть его полотенцем и поставить в теплое место, чтобы оно подошло два раза. К сей кулебяке приготовить следующий фарш: сняв мякоть судака с костей, изрубить оную помельче. Нашинковать 2 луковицы, положить оные вместе с изрубленным фаршем в кастрюлю и поджарить в ореховом масле. Когда поджарится, выложить на стол, изрубить помельче, положив соли, перца, зеленого укропа, припустить на сковороде. Нарезав кусками осетровые молоки и очищенные угри, припустить их в масле на сковороде же с солью и перцем. Раскатав тесто не так тонко, класть фарш вперемешку с угрями, молоками, семгой. (Кулебяку делай продолговатой).

Сверху тесто защипать и, поставив в теплое место, покрыть, чтобы расстоялось. После смазать маслом и поставить в печь. Когда поспеет, отпускать. Остерегайтесь, чтобы кулебяка не сгорела или не была сыра.

Примечание: Из такого же теста можно делать кулебяку с вязигой и сарачинским пшеном (рисом) или смоленской кашей и луком. Рыбу можно употреблять какую угодно.

Блины гречневые и рисовые

Приготовить на каждые 4 персоны по 1-му фунту муки гречневой, 1/2 фунта муки крупчатой, 3 яйца и 1/4 бутылки густых сливок, дрожжей и масла сколько окажется нужным. Поступать следующим порядком: положить в посуду нужное количество просеянной гречневой муки, влить соответственно дрожжей и, растворив водой или молоком не так густо, поставить в теплое место на 4 часа, дабы тесто поднялось. Потом положить в тесто взбитые желтки, пшеничную муку, посолить, размешать и развести как должно быть блинам. Взбить в пену белки и, соединив со взбитыми сливками, положить в блины, осторожно размешать, дать подняться еще раз в теплом месте и за 15 минут до отпуска испечь.

Пудинг из репы со сладкими кореньями

Сварить до мягкости и изрубить мелко нужное количество молодой репы, положить на растопленное масло в кастрюлю и поджарить на плите. Затем всыпать немного муки, размешать, снабдить по вкусу солью и мелким сахаром, взбить цельных яиц, сколько окажется нужным, но сперва подсолить формочку, наложить репой, сварить на пару, если окажется твердым, прибавить глясу и башмели из сливок, а в противном случае яиц, а потом наложить в подсоленную маслом бланкетную форму и за 20 минут до отпуска сварить на пару до готовности.

Очистить нужное количество сладких кореньев, нарезать по усмотрению, положить в кастрюлю, всыпать горсть муки, развести холодной водой с уксусом и снабдить солью и пряностями, сварить на плите до мягкости. Потом отлить на дуршлаг, выбрать пряности, положить в кастрюлю, заправить белым соусом со сливочным маслом и поставить на пар.

Перед отпуском выложить репу из формы на блюдо, положить в середину сладких кореньев и заглясеровать.

Яичница со щавелем

Мелко изрубив жареную телячью почку, положить ее в кастрюлю вместе с сырыми яйцами, рубленой зеленью, солью, и развести молоком. Наслоив маслом медные стаканчики, положить в оные вышесказанную яичницу и припустить в печи. Заправив щавель, изрубить его, спассеровать в масле, протереть на решете, положить в него крепкого бульона, сливочного масла и, проварив, обложить крутом этим щавелем яичницу, которую, заглазировав, подать на стол.

Шарлотка яблочная из черного хлеба

Натереть на терке нужное количество ржаного хлеба, просеять сквозь дуршлаг, положить на растопленное масло в сотейнике, изжарить на легком огне до колера и, когда будет готов, выложить на сито.

Подсолить маслом и обсыпать мелким сахаром шарлотную форму, положить в оную подсоленный кружок из бумаги.

Очистить нужное количество яблок, мелко нашинковать, положить в сотейник и, пересыпав мелким сахаром, поставить на огонь накрытыми. Когда сварятся до мягкости, а сироп выкипит совершенно, сделать шарлотку следующим порядком: насыпать ряд обжаренного хлеба в шарлотную форму, положить ряд запассерованных яблок, засыпать снова хлебом и повторять таким образом до верха. Потом закрыть бумагой, наложить умеренный пресс и на 1/4 часа до отпуска поставить в легкую печку, а перед самым отпуском вынуть, обвести кругом краев формы ножом, покрыть блюдом и, опрокинув осторожно, снять шарлотную форму.

При сем подаются особо: мелкий сахар и густые сливки.

Торт с вареными фруктами

Приготовить нужное количество слоеного теста, раскатать в половину пальца, вырезать из оного круг соответственной торту величины, вынуть средину, оставить кругом ровный рант, сложить на лист и поставить в холодное место; потом смять слоеное тесто, разделить на две половины, и первую раскатать тонко и изрезать полосками, а вторую раскатать и вырезать из нее кружок подобный ранту. Положить оный на плафон, смазать крутом яйцом, наложить в середину вареные фрукты без сиропа, переплести сверху приготовленными из теста полосками, смазать снова края и, наложив вышесказанный рант, обжать и обровнять кругом. За полчаса до отпуска смазать сверху яйцами, поставить в горячую печку. Когда будет вполовину готов, посыпать мелким сахаром и заглясеровать до колера, а когда будет готов совсем, окончательно вынуть, подрезать, снять осторожно крышкой, и, выложив на блюдо, подавать горячим.

Яблоки в кляре

Изрезать пластами поперек нужное количество больших яблок, вынуть середину с зернышками, очистить верхнюю кожу, положить в чашку, обсыпать мелким сахаром, влить рюмку рома, перемешать и поставить на стол, закрыв чашку.

За 15 минут до отпуска выбрать на салфетку и осушить. Потом, обмазывая в кляре, опускать в горячий фритюр и изжарить до колера с обеих сторон. Когда будут готовы, вынуть и, осушив на салфетке, уложить порядком на лист, посыпать мелким сахаром и заглясеровать в горячей печке или раскаленной железной лопаткой. Подавать горячими.

Сабайон

Отбить в кастрюлю 6 желтков, положить 10 столовых ложек мелкого сахара, размешать деревянным венчиком и развести 1/2 ст. мадеры, полтора ст. малаги и 1/2 ст. рома. За 15 минут до отпуска сбивать венчиком на легком огне до надлежащей густоты (не заварить!).

Компот горячий из персиков

Положить в кастрюлю нужное количество сливочного масла, размять с 1/4 фунта муки, развести бутылкой сливок, положить 1/4 фунта сахара и мешать на плите пока не загустеет. Потом положить ложку сожженного черного масла и 1/8 толченых кондитерских макаронов из горького миндаля. Размешать, выложить в серебряную кастрюлю и положить сверху сваренных персиков. За полчаса до отпуска взбить 8 белков в пену, положить 7 столовых ложек мелкого сахара, размешать первую половину белков, положить в продолговато-круглый конверт из бумаги, завернуть края оного плотно, дабы масса на выходила, а в тонком конце сделать отверстие. Второю же половиной покрыть персики в кастрюле, сровнять как должно, выпустить из конверта сверху правильно кружками и другими красивыми уборами по усмотрению, а когда будет готово, посыпать мелким сахаром и, заколеровав в умеренно горячей печке, подавать на салфетке.

ПОСЛЕДНИЙ ТРУД ГЕРАСИМА СТЕПАНОВА

В 1851 году увидела свет книга с необычным названием: «Последний труд слепца-старца Герасима Степанова». Ее автор щедро выплеснул на страницы издания личный полувековой опыт профессионального кулинара. Степанов не был новичком и в области сочинительства, что, кстати, видно и из названия книги. До этого из-под его пера вышли довольно известные в свое время издания: «Прибавление к опытному повару», «Полный кухмейстер и кондитер», «Продолжение к книге».

Все эти книги отличают простота изложения материала, доверительный стиль, хорошая практическая проработка буквально всех рецептов. Они написаны примерно так же, как у домашних хозяек в особой тетради. Получился у соседки хороший пирог, рассказала она секрет его приготовления и дала кусочек на пробу. Пирог понравился и вот уже новый рецепт в заветной тетрадке. И как правило, такие рецепты больше ценятся хозяйками, чем те, что опубликованы в книгах.

Так вот, книгу Степанова можно рассматривать как тетрадь с заветными рецептами, выдержавшими испытание полувековой практикой.

Но не только в этом достоинство сочинений «старца Герасима». Приведенные им рецепты еще в очень незначительной степени подвержены влиянию европейских кухонь и основываются на традициях и обычаях истинно русского кулинарного искусства. Поэтому книги Степанова можно отнести к числу первых, наиболее удачных попыток создания отечественной кулинарной литературы.

Не углубляясь в содержание «Последнего труда…», довольно типичного для кулинарных книг того времени, приведем некоторые рецепты Степанова, предпослав им выдержку из предисловия, с которым автор обратился к своим читателям.

«Издавая этот, вероятно, последний труд мой, остаюсь в приятной надежде, что ежели я не был чем другим полезен моим соотчичам, то по крайней мере как этою, так и другими мною в разные годы изданными книгами по части кухмистерской и экономической. Я старался сколь возможно яснее, выгоднее для хозяйства и лучше изложить приготовление кушаньев, заготовление впрок разной провизии, сбережение оной, сервировку бальных, свадебных и других столов, — словом, собрал воедино все мои долговременные опыты и наблюдения по

кухмистерской части… Каков бы ни был прием этому моему последнему труду, я утешаюсь однако ж мыслью, что изложенные мною причины, заставившие меня издать эту книгу, достаточны для особ, оценивающих всякий полезный труд сколько по внутреннему его достоинству, столько же и по цели, с которою он был предпринят».

Черный суп

Изотрите ломоть ситного хлеба и обжарьте в свежем сале. Потом нарежьте от этого же хлеба тоненьких ломтиков, положите в суповую миску вместе с обжаренным тертым хлебом, а потом мелко изрубленных луковиц и петрушечной травы. На этот слой положите еще несколько ломтиков ситного хлеба, обжаренных крошек и той же зелени. Так должно продолжать, пока миску наполните более половины. Тогда залейте хорошим мясным отваром и дайте полчаса постоять на горячей золе. Можно в этот суп прибавлять заварные яйца и маленьких жареных птичек.

Королевский суп

Взять фунт ветчины без жира, нарезать мелкими кусочками, искрошить по 2 корня сельдерея, петрушки и 2 луковицы; положить коренья и ветчину в кастрюлю, прибавить 1/4 фунта свежего чухонского масла, ложку муки, вымешать, обжарить, налить бульоном и поставить вариться. Потом разнять 2-х кур на части, опустить в суп. Осьмушку миндалю сладкого и 10 миндалин горького очистить, истолочь мягко, положить в суп. Когда все хорошо уварится, растереть 2 круто сваренных желтка, заправить суп, посыпать крошечку мельчайшего перца, дать вскипеть один раз, снять жир, процедить, поставить на плиту, чтобы был горячим, но более уже не кипел, мешать, поднимая ложку вверх.

Отпуская на стол, положить в суповую миску белого хлеба, поджаренного в масле, и белое мясо от курицы, нарезав его полосками.

Суп с репой

Нашинковав полосками репу, пересыпать сахаром, поджарить, чтобы зарумянилась, налить бульоном. Когда репа довольно уварится, слить бульон в другую кастрюлю, прибавить свежего бульона столько, сколько должно быть супу. Потом взять шесть яичных белков, сбить их в пену, положить в бульон, поставить на плиту, мешать беспрерывно ложкой, поднимая вверх и сливая, пока бульон не вскипит. Тогда процедить сквозь салфетку, дать отстояться, слить в кастрюлю, положить в него репу и разнятую на части утку, сваренную в бульоне. Подавать с гренками из белого хлеба.

Суп с хлебом (домашний)

Взять по 2 штуки луку и порею, по 1 корню петрушки, сельдерея и моркови, нашинковать, поджарить в масле, но чтобы масла было немного и коренья не слишком напитались маслом. Потом залить бульоном и поставить вариться. Между тем нарезать белого хлеба ломтиками, поджарить в масле. Отпуская на стол, положить в миску поджаренный хлеб, вылить на него суп и посыпать рубленной зеленью петрушки и укропа.

Суп-пюре из ершей

Отмерить в кастрюльку стакан перловой крупы, вымыть, влить 3 стакана воды, поставить на огнь, сварить, протереть сквозь частое сито, сложить в суповую кастрюльку и оставить покрытым до времени. Очистить ершей и другую назначенную рыбу, снять с нее филе, сложить в сотейник, посолить, подлить 2 ложки воды, поставить на огонь, покрыть крышкой. Когда вскипит и филе побелеет, снять с огня, остудить, истолочь в ступке, протереть сквозь частое сито и сложить к протертой перловой крупе. Из головок и костей сварить бульон. Когда будет готов, процедить сквозь салфетку, развести им пюре, поставить на огонь и, мешая, разогреть (не заваривать), вылить в горячую суповую миску и подать. Любителям подают гренки.

Русский суп в тыкве

Вверху спелой тыквы вырежь хорошенько кружок, чтобы после можно было сим кружком накрыть сказанную тыкву. Вычисти из тыквы все семена и все то, что в ней есть. Вычисти 2 пары молодых цыплят и пару свежих рябчиков, разними их по частям. Нарезавши маленькими кружочками кореньев петрушки, пастернака, сельдерея, порея и немного морковки, поджарь их в чухонском масле. Всыпав небольшое количество муки, окати ее небольшим количеством бульона, в который положи разнятых цыплят и рябчиков. Дай вскипеть один раз и, составя с огня, клади в тыкву. Сделав из телятины со сливочным маслом кнель, положи перцу, зелени, белого хлеба и яиц, накатай шариками, обланшируй в кипятке и клади ряд цыплят, шариков и сосисок. Нашпиговав 2 луковицы корицей и гвоздикой, положи туда же вместе с мускатным орешком и лавровым листом; очисть свежий лимон, изрежь его кружками, семечки вынь и положи все сие в тыкву, также тыквенного мяса, бутылку хорошего медку, накладывая так, чтобы тыква была полна, в которую положи все спассированные коренья, прибавя бульона, оставшегося от цыплят. Из пшеничной муки замеси на воде тесто, которое раскатай, а тыкву накрой крышкой и замажь тестом так, чтобы тыквы нигде не было видно и чтобы дух нигде не шел. Изрубив петрушку и укроп, посыпь ими тыкву и затем закрой крышку, чтобы ее можно было на столе снять. После чего тыкву поставь в печь на сковородке, и когда будет готова, то в тесте подавай на стол.

Примечание: сию тыкву, таким образом изготовленную, можно брать в дорогу, замечая только то, что соку в нее должно лить меньше, и когда вынешь из печки, то крышку взрежь, суп остуди, прибавь хорошего галантиру и накрой, чтоб застыло.

Сыр из белых грибов

Взять 3 фунта сухих лучших белых грибов, перемыть их и намочить. Когда они размокнут, разобрать по одному грибу, чтобы не было на них песку. Затем залить грибы водой и вскипятить их раза три. Потом откинуть на решето и по стечении воды выложить их на стол и рубить ножом помельче. После сего положить их в ступку и туда же белого хлеба, размоченного в миндальном молоке, орехового масла, соли, разной толченой специи, как то: корицы, гвоздики, перцу, кардамону и имбирю по пропорции и толочь все сие мягче, прибавляя понемногу крупчатой муки для вязки. Когда сия смесь сделается подобной тесту, тогда выложить ее на стол. Потом взять рыжичков вологодских с вышеозначенным составом, изрубив помельче 5 луковиц, поджарить их в ореховом масле и положить туда же. Кастрюльки, наслоив маслом, обсыпать тертым хлебом, и разложить в оные изготовленный сыр, поставить в печь, и когда будет готов, подавать на стол.

Постная кулебяка с редькой

Для сего потребно муки крупчатой 5 фунтов. Первоначально из 2 фунтов муки поставить на теплой воде опару; положив туда хороших дрожжей столовую рюмку. Поставить на теплое место. Когда в первый раз опара поднимется, подбавить в оную орехового или макового масла и соли по пропорции и подбить мукою. А когда поднимется во второй раз, замесить тесто. Между тем разварить в воде сарачинского пшена 1 фунт, откинуть его на решето. Натереть 1,5 фута редьки, положить ее в кастрюлю в кипяток и трижды довести до кипения, мешая беспрестанно при этом лопаткой, чтобы редька проварилась. Потом откинуть ее на решето, а с решета положить в холодную воду. После чего выжать ее покрепче сквозь чистую салфетку, чтобы соку в ней не было. Взять 5 луковиц, нашинковать их помельче, положить в кастрюлю и вливать орехового масла, хорошенько поджарить. Положа затем редьку на лук и прибавив масла, еще поджарить. Туда же положить, рис, перец, соль, укроп и зеленую петрушку по пропорции. Если в кастрюле масла будет мало, то прибавить и все положенное в нее смешать. Кулебяку делать обыкновенным видом. По сделании обложить оную полотенцем и дать устояться, после чего смазать маслом и, обсыпав тертым белым хлебом, сажать в печь.

Как делать пасху

Свежего творога 10 фунтов, отжав покрепче в салфетке, ложкою протри сквозь чистое решето и положи в чашку. Потом положи в кастрюлю 1,5 фунта хорошего коровьего масла, 2 фунта свежей сметаны, выпусти в оную 6 свежих куриных яиц и, поставя на огонь, мешай лопаткою. Когда все хорошенько вскипит, выложи в чашку, в коей находится творог, и вымешай. Разбив 2 сырых яйца и прибавив к ним 6 золотников соли, все оное смешай. Взяв чистую салфетку, помочи оную водою и расстели на пасочницу, стараясь, чтобы бока сей пасочницы были гладки. Потом все вышесказанное положи в сию салфетку, которую также закрой и пасочницу. После сего положи четвероугольную деревянную крышку, сверху оной положи чистый камень или чистую гирю и дай стоять в холодном месте часов 12 или более, чтобы покрепче застыло. Когда застынет, то выложи ее на блюдо.

Примечание: если кто пожелает сделать пасху менее, тот может, по своему усмотрению, сообразиться с вышесказанными пропорциями.

Брусничная вода

Взяв брусники сколько заблагорассудится, перебрать ее хорошенько и всыпать в бочонок, положив туда же несколько хороших яблок. Потом налить бочонок остуженною речною кипяченою водою и дать стоять в холодном месте до тех пор, пока вода отстоится.

Таким же образом можно иметь воду и из красной смородины.

Вода черносмородинная

Самой спелой черной смородины насыпать в бочонок, залить ее кипяченой холодной водой и поставить в холодное место, где стоять ему до тех пор, пока вода отстоится. Отстоенную воду отпускать в бутылках и сколько ее отпустишь, столько прибавляй в бочонок кипяченой, но остуженной воды, что и продолжай дотоле, пока вкус воды не переменится.

Рябиновая вода

Перебрать спелую рябину и насыпать ею полный бочонок. Вскипятить воду и залить крутым кипятком рябину. Затем поставить бочонок в холодное место. Когда вода отстоится, можно ее употреблять.

Как коптить рыбу

Взяв лещей, вымыть их, разнять по спине, потрох вынуть и немного посолить; после сего накласть на железный лист драниц, а на них лещей, намазать их прежде ореховым маслом и посыпать вместе истолченными и просеянными: корицей, гвоздикой, перцем, кардамоном, имбирем, ставить в печку на таган или на кирпичи; потом свернуть солому пучками с мозжухой, класть понемногу перед рыбой в челе и коль скоро солома загорится, то заслонку закрыть, а когда погаснет, то открыть; когда снова загорится, то опять закрыть, продолжая сие до тех пор, пока лещи будут готовы.

Таким же образом можно коптить окуней, карасей, карпию и другую какого бы ни было роду рыбу.

Что касается до корюшки, то, вычистив из нее кишки и перемыв ее, посыпать солью и духами (кондитерскими), помазать ореховым маслом и перевалять ее в оном; потом раскладывать на лист так же, как лещей, и коптить.

Как делать колбасы

1. Рябиновые

Взять спелой рябины 6 фунтов, перебрать ее и перемыть, чтобы ягоды были чистыми, без стебельков, насыпать оные в горшок, покрыть крышкой и поставить в печь. Когда рябина упреет, вынуть ее и протереть сквозь решето. Потом, взяв чернослива, изюма хорошего и шепталы или винных ягод по 2 фунта, косточки и стебельки из них выбрать, а мякоть изрубить в корыте помельче и с протертой рябиной положить вместе в кастрюльку. Далее истолочь сахару 5 фунтов, из коего 3 фунта употребить на крамель; положа сахар в кастрюльку, влить в нее немного холодной воды и варить на плите до пера, т. е. когда, обмочив лопатку в кастрюльке и окунув ее в воду, сахар станет на ней ломаться. Тогда кастрюльку снять с огня. Во время варения крамели, рябина с ягодами, положенная в кастрюльку, стояла бы на горячем месте или на углях, которую и мешать лопаткой до тех пор, пока не будет соку, и тогда крамель вылить на ягоды и все смешать вместе. После сего взять сладкого миндаля 3 фунта, очистить с него кожу и помельче нашинковать, наблюдая чтоб миндаль был сухой, коего половину положить в крамель и смешать с ягодами. Остальную же половину и сахар (2 фунта) выложить на стол и в оном, из кастрюли вынимая ложкой ягоды, катать их в виде колбасы и класть на лист. Когда остынут, то поровнять их рукой и на ночь поставить в печь, чтоб окрепли.

2. Малиновые

Взять сухой малины 4 фунта, перебрать ее и, если она влажная, то просушить ее, затем истолочь и просеять сквозь сито. Потом взять чернослива, изюма и шепталы по 2 фунта, изрубить их помельче и смешать с просеянной малиной. Смесь положить в кастрюльку. Далее — истолочь 4 фунта сахара, из коего 2,5 фунта употребить на крамель. Исшинковать 3 фунта миндаля сладкого, из коего половину положить в крамель же (впрочем, делать так же, как рябиновые колбасы).

Если кто пожелает, то можно делать колбасы и из свежей малины; для сего, взяв оной 5 фунтов, осаживать в кастрюле на таганке до тех пор, пока сока в ягодах не будет, и после протереть сквозь сито. Пропорцию употребить такую же, какая назначена и для сухой малины, и делать точно так, как выше сказано о

рябиновых колбасах.

3. Яблочные

Взять 2 десятка квашенных яблок, испечь их и протереть сквозь сито. Потом взвесить их, чтобы протертых было 2 фунта. Пропорцию ягод, сахара и миндаля употребить такую же, какая назначена в колбасы малиновые, и делать их таким же образом, как и рябиновые.

Как солить маленькие огурчики

Перебрав маленькие огурчики, чтобы не было в них гнилых и мороженых, перемыть их и положить в решето. Когда вода стечет, выложить огурчики на лоток, пересыпать немного солью, зеленым эстрагоном и укропом. Оставить их в том рассоле часов на 8, после чего вторично откинуть на решето и, когда рассол стечет, класть в маленькие бочоночки. Вскипятить раза два хорошего уксуса с корицей, гвоздикой, перцем, лавровым листом и солью по пропорции и остудя, сим отваром налить бочоночки с огурчиками и потом, закупоря их пробкою, поставить в лед; когда огурчики понадобятся, то прежде всего вынуть их из бочонка, разложить в банки, вскипятить свежего уксуса, который, остудя, долить им банки и наложить лубочные кружочки, на кои налить прованского масла, закрыть сверху бумагой и завязать пузырем, ставить в холодное место.

РУЧНАЯ КНИГА РУССКОЙ ОПЫТНОЙ ХОЗЯЙКИ ЕКАТЕРИНЫ АВДЕЕВОЙ

Екатерина Алексеевна Авдеева — кто не знал это имя в середине прошлого столетия! Ее книги в области домоводства были настоящей азбукой, по которой хозяйки постигали азы кулинарии и экономного ведения дома.

Судьба распорядилась так, что Екатерине Алексеевне пришлось жить в разных уголках России. Уроженка Курска, девочкой она уехала с родителями в далекую Восточную Сибирь и много путешествовала по этому удивительному краю. В Сибири она прожила в общей сложности около 30 лет, затем вернулась в Курск, жила в Одессе, Москве.

От природы Екатерина была очень любознательна. Ее интересовало буквально все, что связано с бытом и укладом жизни местного населения. Свои наблюдения она записывала и систематизировала. Вряд ли в то время будущая писательница думала о том, что ее записи лягут в основу книг, которые станут бестселлерами и переживут автора. Скорее всего врожденная любознательность и писательский дар исподволь подталкивали ее к этой работе.

Да это и не удивительно, ведь в семье, где она выросла, любовь к книге была всеобщей. Вот, что по этому поводу писал ее брат, кстати, также известный литератор, К.А. Полевой: «Отец — вечно с книгою, или с разговорами о том, что находит в книгах, вечно возбуждает жажду к литературе, потому что такова была собственная его природа, но делал это безотчетно, без всяких целей, потому что не умел или не мог противиться естественному своему направлению. Мать — набожная и вместе с тем увлекающаяся романами душа, сама безотчетная героиня романа своей жизни; она жила только в своем семействе и в романтическом мире, так что даже многих знакомых называла именами героев и героинь Ричардсона, Жанлис, Дюкре-Дюмениля.

Старшая сестра — ныне Е.А. Авдеева — больше всех похожая на своего отца и пылким умом, и любовью к чтению, также всегда с книгами, с мечтами и разговорами о них… Нам все представлялось в каком-то идеальном свете, и все мы с детства знали мир только умственный и тот, который видели вокруг себя».

Первый самостоятельный печатный труд Авдеевой издан в 1837 году К.А. Полевым под заглавием «Записки и замечания о

Сибири, с приложением старинных русских песен». В ту пору писательнице исполнилось 38 лет. В предисловии к книге издатель отмечал, что при таком предмете, где читатель вправе ожидать только замечаний географических, статистических и этнографических, он меньше всего найдет их и верно будет благодарить за это сочинительницу… Что прибавили бы для достоинства сочинения ее несколько мертвых чисел, несколько лишних подробностей? Но еще меньше нужны были все переделки, сглаживания, вставки, исключения для полных литературных приличий. Я думаю и надеюсь, читатели согласятся со мною, что именно простота описаний, искренность подробностей и поэзия патриархальной жизни старинной Сибири составляет истинную прелесть этой книги. Некоторые страницы, например описание свадебных обрядов, гаданий, ворожбы, старинного быта, представляют такую поэзию, какой не найдем у многих нынешних поэтов. И это столько же в самом предмете, сколько в том, как он описан. Холодный ум, светский взгляд, изысканность и, если можно сказать, манерность испортили бы тут все.

Такая высокая оценка книги ее издателем была не безосновательна. Представленный на суд читателя труд был очень самобытен, оригинален и заслуживал всяческих похвал.

И читающая публика его по достоинству оценила, а автор сразу приобрела известность. Вскоре книга была переведена на немецкий, чешский и английский языки. Авдеева же уже в качестве известного литератора начала активно сотрудничать с А.А. Краевским в его журнале «Отечественные записки». Из-под ее пера выходят статьи «Воспоминания об Иркутске», «Старинная русская одежда, изменения в ней и мода нашего времени», «Русские предания. — Солдатска», рассказы о Сибири и пр. Даже по перечисленным названиям можно судить о широте интересов писательницы.

Однако всероссийскую известность Авдеева получила, опубликовав в 1842 году книгу, которая называлась «Ручная книга русской опытной хозяйки». В этом очень объемном издании в краткой и доступной форме давались дельные советы по разным вопросам ведения домашнего хозяйства. Книга имела у современников колоссальный успех, издания следовали одно за другим. Так, в 1877 году вышло уже 11-е ее издание.

Одновременно с этой книгой Екатериной Авдеевой были напечатаны «Записки о старом и новом быте» и «Русские сказки для детей, рассказанные нянюшкой Авдотьей Степановной Черепьевой», несколько позже — «Руководство для хозяек», «Карманная поваренная книга», «Экономический лексикон» и др.

Все эти книги также неоднократно переиздавались, но все же по популярности и расходимости уступали «Ручной книге…» Каждое ее издание находило живой отклик в печати. Так, журнал «Современник», отмечая завидную частоту переизданий книги, писал: «Видно, что успех рождает предложение не в одной области романов». А вот заметка из «Отечественных записок» за 1848 год. Автор ее в разделе библиографической хроники, сообщая о выходе шестого издания книги, писал следующее: «В свое время мы писали об этом сочинении госпожи Авдеевой, которая занимает почетное место в ряду писателей о хозяйстве. Можно иногда улыбаясь говорить о вкусном обеде и благоустроенном хозяйстве, как о предметах не поэтических, но эти предметы так необходимы и важны на бедной нашей земле, что хорошая книга о них, право, достойнее внимания и уважения, нежели розовая тетрадка стихотворений какого-нибудь непризнанного поэта. Все в хозяйственном быту сделалось необходимым почти как хлеб и соль. Это доказывают многочисленные издания книг Авдеевой, так быстро следующие одно за другим. Хорошо, хоть не ново, и благоухает не поэзией, а довольством, сытным столом и, следовательно, также напоминает о наслаждении, очень существенном в жизни».

Популярность Авдеевой в области домоводства была настолько велика, что ее имя некоторые ретивые издатели стали использовать в качестве рекламной приманки. На книжном рынке появилось довольно много книг под ее именем, к которым она не имела никакого отношения. К таким изданиям можно отнести книги «Записки для городских и сельских хозяев», «Хозяйка — экономка», «Новая полная поваренная книга», «Полная поваренная книга русской опытной хозяйки» и др. В некоторых книгах текст Авдеевой переписывался без ее ведома, к нему делали всевозможные дополнения, компилировали его с другими отечественными и иностранными книгами. Таковыми можно считать книги по методике Е.К. Авдеевой «Новая поваренная книга», «Шестьсот кушаньев», «500 скоромных и постных кушаньев», «Вкусный и дешевый стол», «Секреты кухни» и многие другие. Вообще, разбор литературного наследия, принадлежащего действительно перу Авдеевой, представляет для ее биографа большую сложность. Не случайно библиограф князь Н.Н. Голицын в своем «Словаре русских писательниц» отмечал, что не все, что значится под именем Е.А. Авдеевой, принадлежит ей.

Дело доходило до смешного. В журналах стали появляться публикации, в которых Авдееву критиковали за книги, не принадлежащие ей, но вышедшие под ее именем. Одним из таких курьезов явилась статья, опубликованная во второй книжке

«Отечественных записок» за 1851 год. В ней автор высказывается о втором издании книги под таким длинным названием: «Стряпуха или опытная кухарка. Книга, необходимая для хозяек, экономок, поварих и кухарок. Составленная из многочисленных опытов и наблюдений Катериною А-евой».

В этой статье автор, между прочим, высказал Авдеевой некоторые пожелания по улучшению книги. Эти в общем-то безобидные замечания, видимо, переполнили чашу терпения писательницы, и уже в следующем номере этого журнала она выступила с опровержением. Приведем выдержку из этой публикации. Она проливает свет на то, как сама Авдеева относилась к «спекулированию» ее именем.

> «Все эти замечания, — писала Екатерина Алексеевна, — всуе направлены против моего имени: книга, о которой говорится в вашей библиографии, составлена не мною, и даже фамилия моя не выставлена на заглавной странице, а только с известным искусством книжных спекулянтов, имя и некоторые буквы фамилии неизвестной сочинительницы приноровлены к моему имени, так что многих вводит это в заблуждение, как ввело и вас. Для предупреждения подобных, неприятных для меня ошибок, почитаю необходимым протестовать против всяких спекуляций насчет моего имени, дающих только повод остриться над моими книгами, по-видимому, небесполезными в хозяйственном быту, и безвинно с моей стороны заставляющих публику покупать бестолковые компиляции вместо полезных книг.
>
> Объявляю, что хозяйственные книги, мною составленные и доныне изданные, суть следующие:
>
> 1) «Ручная книга Русской Опытной Хозяйки, составленная из сорокалетних опытов и наблюдений доброй хозяйки русской, К. Авдеевой». Изд. 6-е, Спб. 1848 г. В трех частях.
>
> 2) «Руководство для хозяек, ключниц, экономок и кухарок, составленное К. Авдеевой». 1848 г. Спб.
>
> 3) «Карманная Поваренная Книга, составленная К. Авдеевой.» Изд. 3-е. Спб., 1850 г.
>
> Еще составлена была покойным сыном моим, но по моим запискам и с моего согласия, книга, изданная под заглавием: «Экономический лексикон городского и сельского хозяйства». Сост. К. Авдеевой и А. Авдеевым. 1847 г.

Вот все книги хозяйственные, мною составленные, и которые признаю своими. На них на всех проставлено мое имя; и, если есть еще какие-либо книги, или выйдут вновь с начальными буквами моего имени, или с именем Катерины Авдеевой (а я слышу, что таких есть много) — это книги не мои, и я не желаю подвергаться за них никаким наставлениям и острым словам. Если публика ценит мои труды и желает пользоваться ими, то усерднейше прошу ее заметить, что на каждой моей книге означена вполне моя фамилия

К. Авдеева».

Ну, а теперь полистаем книгу Е.А. Авдеевой и посмотрим, что же она предлагала своим читателям.

Бульон

Бульон вообще выгоднее варить на два дня. Для семейства из 3-х человек выбрать кастрюльку вместимостью около 12 глубоких тарелок, и уже варить в ней постоянно суп. Положить в нее от 3 до 5 фунтов (можно и больше) говядины, налить от 9 до 10 глубоких тарелок холодной воды, не доливая кастрюльку до краев пальца на 3, поставить на плиту, варить на небольшом огне, снимая дочиста пену. Когда бульон начнет кипеть, положить соли и кореньев: 1 целую корейку, 1 корень петрушки, пол-сельдерея, 1 очищенную луковицу средней величины, достаточное количество соли (2 столовые ложки без верху). Дав хорошо увариться на легком огне, процедить сквозь салфетку или сито. Одну половину его сливают и сохраняют в прохладном месте до следующего дня, в другую же кладут мелко нарезанный или толченый картофель, морковь и прочие приправы, ставят снова на огонь и варят до тех пор, пока не будут готовы последние. Варить суп на 2 дня крайне выгодно, потому что таким образом соблюдается экономия в мясе и, вместе с тем, и в дровах.

Как мы уже сказали, для обыкновенного бульона достаточно взять на 2 дня от 3 до 5 фунтов мяса, преимущественно костей, конечно, смотря по желанию, можно взять 6 и 10 фунтов, но это, по нашему мнению, лишнее. Для щей и пюре требуется, как увидим ниже, еще менее мяса (от 1,5 до 2 фунтов на день). Если же бульон варится на 1 день, то нужно брать более половины показанной пропорции (от 3 до 4 фунтов), из чего видна выгода варить суп на 2 дня.

Пропорция для хорошего бульона — на фунт говядины 2 бутылки и 3 глубокие тарелки воды. На суп или щи для 4 особ достаточно 2,5 фунта. Говядину для супа должно брать от грудины или с мозговыми костями: ссека, бедра, огузка, костистых частей края, полубедерка, лопатки, грудинки и проч.

Кости от голяшек годятся для бульона, особенно с прибавкой какого-нибудь другого мяса. Если суп варится из телятины или баранины, тогда воды надобно наливать меньше. Для приготовления супа из курицы лучше брать старую, потому что из нее будет наварнее бульон; но если кто хочет иметь вкусный суп, то для этого лучше молодые куры. Также, кто желает соблюсти экономию, можно наливать воды больше вышесказанной пропорции и дать мясу совершенно свариться; тогда суп будет уже не так вкусен, хотя и наварен. Настоящую пропорцию варки супа можно узнать по тому, когда мясо или птица совершенно поспеет. Где больше семейство, там не нужно для бульона,

употребляемого в другие кушанья, варить особенно говядину; часто бывают остатки говядины, телятины и птицы, когда делают фарш для начинки пирогов, паштетов или вырезают мякоть для других кушаньев, то кости и обрезки можно употребить на бульон. Остатки жареной телятины, говядины и птицы хорошо класть в бульон, обрезав с них лишнее мясо; от этого бульон бывает очень вкусен и наварен. Такой бульон можно засыпать лапшей, вермишелью, макаронами или приготовить с клецками; также положить в бульон кореньев, засыпать крупами перловыми, манными или рисом; отпуская, посыпать рубленой петрушки, укропу. Подают этот бульон с поджаренным белым хлебом и гренками из гречневой каши.

Суп будет чист и вкусен только тогда, когда его варить на легком огне так, чтобы он кипел только с одного боку, снимать как можно чаще накипь и процедить его через чистое сито или салфетку. Если же он не чист, то следует процедить, дать ему слегка остыть, положить в него 2–3 белка, размешанных с 1/2 стакана воды и дать слегка кипеть; когда бульон очистится и белки поднимутся — процедить; если же нет, не прозрачен, то положить кусок льду и вскипятить снова.

Если же, например, варятся щи или обыкновенный борщ и в них хотят подать говядину, то хорошо брать грудинку.

Если на второе блюдо хотят подать хороший кусок разварной говядины, то нужно взять от 3–5 фунтов ссека или бедра с костью и сварить суп на два дня; мякоть потом обрезать и подать под каким-нибудь соусом или гарниром. Если же вовсе не нужна разварная говядина, то всего выгоднее варить суп из голяшек или булдышек (так называется часть воловьей ноги, от колена до ступни). Булдышки очень дешевы (копеек 20–30 пара). В каждой из них от 3 до 5 фунтов и из одной булдышки можно сварить хороший суп на 2 дня для семейства из 4 человек.

Если к обеду хотят приготовить рубленые котлеты, фрикадельки и проч., то нужно взять фунтов 6 ссека, огузка, толстого края и т. д., вырезать фунта 1,5–2 мякоти, а из костей сварить суп.

Если на второе блюдо хотят подать жареную говядину — жаркое обыкновенное, шморфлейш, зразы и т. п., то нужно взять мякотный кусок от ссека или огузка в 6–7 фунтов, кости употребить на суп, а мякоть на жаркое.

Вареную говядину из супа можно употреблять на фарш для пирожков, начиненных блинов и на фаршмак. Суп можно также варить из обрезков и костей или остатков от жаркого, если таких обрезков наберется до 3 фунтов. Если же к обеду готовятся телятина, курица и проч., то кстати и обрезки от них следует

прибавить к бульону.

Бульон необыкновенной крепости

Этот бульон получается благодаря усиленной варке мяса в герметических бульонных кастрюлях. Бульон этот приготовляется так: фунт хорошей суповой бескостной говядины, изрезанной сырой довольно мелко, складывается в эту герметическую жестяную кастрюлю, которая, будучи завинчена, за ушко вешается на поперечную палочку над котелком или большою кастрюлей, которая наполняется водой и ставится на сильный огонь плиты часов на 5. По истечении этого времени от говядины останутся одни волокна, а самого наикрепчайшего бульона получится большая глубокая тарелка.

Все вышеописанные мясные бульоны можно разнообразить следующим образом: 1) чистый с пирожками; 2) с различными фрикадельками; 3) с клецками; 4) с вермишелью; 5) с макаронами; 6) с толчеными кореньями и пирожками, и без последних; 7) с капустой и кореньями; 8) с манной крупой; 9) с перловой крупой; 10) с саго; 11) с кашей из смоленских круп; 12) с морковью и надвое разрезанными листьями шпината (1/8 фунта шпината и 1 морковь); 13) с греночками; 14) с лазанками; 15) с ушками.

Московская солянка

Рыбная, жидкая. Пропорция на 6 персон: бульона мясного 4 тарелки, семги свежей 1,5 фунта, сига или судака свежих 1,5 фунта, каперсов и оливок? фунта, пюре томатов? фунта, грибов белых маринованных? фунта, огурцов соленых 6 шт., луку репчатого 1 шт., перцу горошком и лаврового листа немного, укропу немного, соли по вкусу, масла столового 1/8 фунта, мягкой муки 1 столовую ложку, ракового масла 1 чайную ложку, лимонов 3 кружка, огуречного рассола 1 стакан, каенского перцу по вкусу.

Приготовление: масло и мелко изрубленный лук положить в кастрюлю и спассеровать на горячей плите, помешивая лопаткой. Затем всыпать муку и вместе прокипятить, влить бульон и огуречный рассол и, размешав хорошенько, дать вскипеть. Положить шинкованные грибы, каперсы и очищенные оливки, лавровый лист и перец горошком. Очистить огурцы, разрезать вдоль на четвертинки, срезать семечки, нарезать косячками и также положить в бульон. Затем хорошо прокипятить. Положить пюре томатов, раковое масло, соль и каенский перец по вкусу и размешать. Опустить рыбу и дать провариться рыбе до полной готовности. Тогда положить кружки лимона и, посыпав рубленным укропом, подавать.

Примечание: рыба предварительно должна быть хорошо очищена от чешуи и внутренностей и вымыта, а затем нарезана аккуратными кусками и планкетами.

С.-Петербургский суп

Приготовить консоме из кур следующим способом: снять с 2-х кур филе, покрыть шпиком и поставить в холодное место для другого употребления; с гвисов и крыльев снять мелкие части, изрубить мелко, истолочь в ступке, прибавить 3 белка, размешать, выложить в обширную кастрюлю, положить все куриные кости, развести процеженным бульоном, поставить на огонь и мешать. Когда закипит, прибавить тех кореньев, которые более нужны для вкуса консоме, и варить на легком огне, пока бульон очистится и получит надлежащий вкус (бульон доливается часто по ложке холодной водой, чтобы мера бульона осталась одинакова). Когда бульон будет готов, процедить сквозь салфетку в суповую кастрюлю.

Между тем приготовить фаршкнель из кур. Очистить навагу, снять филе, запассеровать на масле и остудить, потом пустить в кастрюлю ложку сливочного масла, положить ложку муки, размешать, развести сливками, поставить на огонь, выварить до совершенной густоты. Обмакивать филе из наваги в бешемель и складывать на другой плафон. Тогда выделать из куриного фарша кнели так, чтобы в середине каждой кнели было замазано филе из наваги, сложить на подмазанный сотейник, а перед отпуском налить соленым кипятком и сварить на легком огне под крышкой.

Вскипятить на плите нужное количество консоме и затем развести холодным бульоном 6 чайных ложек картофельной муки, т. е. сколько предполагаете персон, влить в кипящее консоме и проварить немного, прибавить 4 столовые ложки пюре из томатов и? бутылки белого вина, вскипяченного с ароматными травами. Размешать и процедить в суповую миску. В серебряной или мельхиоровой кастрюле (можно и из белого железа) особо подаются кнели, фаршированные навагой. Любители прибавляют к кнелям запассерованное филе из наваги, печенки налимов и каенский перец.

Суп-рассольник (старых времен)

Сварите обыкновенный бульон, в который вложите пару «самоклевов». Когда они сварились, то вынуть их и положить в холодную воду. Затем взять 4 моркови, 2 сельдерея, 2 репы, все это также искрошить, как делается для свежих щей. Когда это сделано, берется десяток соленых огурцов, которые разрезать на четвертушки в длину; каждую такую четвертушку разделить пополам, дав ей кругловатую форму. Как скоро бульон готов, то из полфунта свежего масла сделать пассир (поджаренное слегка масло), чтобы загустить бульон. К этому прибавить 2 стакана огуречного рассола. Минут 20 это должно покипеть на плите. Тогда эта горячая смесь из бульона, пассира и рассола наливается на овощи и огурцы, изрезанные и сложенные в кастрюлю. Эта кастрюля ставится на огонь и все варится до тех пор, пока морковь и репа совершенно уварятся. В эту пору в особую посудину кладут 1 фунт щавеля с общипанными листьями, вливают полбутылки белого виноградного вина, насыпают немножко рубленного укропа. К этому прибавляется штук 40 кнелей (протертое мясо в виде теста) из курицы или вообще из живности. Эти кнели должны быть круглые, в виде орехов, и сварены на бульоне. Сюда же прибавляется и пара вышеупомянутых молодых откормленных петушков, т. е. «самоклевов», разрезанных хорошенько. На это наливается кипящий отвар и суп-рассольник готов.

Зеленый суп

Взять курицу, а если нужно, чтобы супу достаточно было для шести особ или более, прибавить 2 фунта говядины с мозговыми костями; налить 4 бутылки воды, положить немного соли, поставить вариться и дать кипеть небольшим ровным ключом, снимая пену. Когда курица уварится, бульон процедить. Взять по горсти шпината и щавелю, перебрать, вымыть, изрубить мелко, обдать кипятком и дать стоять полчаса, а потом откинуть на сито. Между тем очистить по одному корню петрушки и моркови, нашинковать полосками, налущить горсть зеленого гороха, нарезать молодой спаржи кусочками, величиной в полвершка. Слив бульон в кастрюлю, положить приготовленную зелень и коренья. Уварив все хорошо, выпустить одно за другим 10 яиц; дав яйцам завариться, вылить суп в миску и подавать. Можно также сварить яйца всмятку, положить в суповую миску и вылить на них суп. Говядину и курицу в суп не класть; из курицы можно приготовить какое-нибудь блюдо под тем или другим соусом.

Суп из огурцов

Сварить бульон, как обыкновенно, из 3 фунтов телятины с кореньями; процедить. 10 огурцов средней величины очистить от верхней кожицы, разрезать каждый на 4 части, вырезав самую середину, т. е. зернышки. Половину этих огурцов нарезать ломтиками, сварить в соленом кипятке, отлить на дуршлаг; ополоснуть холодной водой и положить в суповую миску. Другую половину огурцов сложить в кастрюлю, положить 1/4 фунта вареной ветчины, 1 луковицу, налить жирным бульоном, варить на легком огне до мягкости, положить туда же? ложки масла, размешанного с 1 ложкой муки, и вскипятить. Перед отпуском вынуть ветчину, а все остальное протереть сквозь сито, сложить в кастрюлю, развести бульоном, отставить на край плиты и дать устояться; снять жир, влить? стакана густых сливок с двумя желтками, подогреть до горячего состояния, беспрестанно мешая, чтобы не закипело, положить по вкусу соли, перцу, зеленого укропу. К этому супу подаются греночки из белого хлеба.

Суп-пюре из картофеля

Очистить, вымыть и сложить в кастрюльку картофель, потом посолить и положить 2 луковицы, налить водою и сварить до мягкости. Потом слить воду, вынуть лук, а картофель протереть сквозь сито. В пюре положить ложку муки, разведенной водой, развести бульоном и, разогрев до горячего состояния, вылить в суповую чашку, посыпать зеленью и подавать.

Уха из налимов

Очистив и выпотрошив налимов, вымыть и нарезать звеньями, потом нашинковать один корень петрушки, 1 луковицу. Налить в кастрюлю сколько нужно воды, положить коренья, а когда хорошо уварятся, опустить рыбу, посолить и варить до спелости. Молоки и печенки изрезать небольшими кусочками, положить также в уху. Подавать на стол, посыпать мелко изрубленной петрушкой и укропом. Уха из всякой другой рыбы варится таким же образом. Кроме кореньев, можно приправлять уху лавровым листом, горошчатым перцем, лимоном, нарезанным кружками; кладут также маслины.

Свежие щи

Щи лучше варить в горшке, чем в кастрюле, и в русской печке. Взять 4 фунта грудинки, разрезать на несколько кусков, вымыть и положить в горшок такой величины, чтобы говядины было половина горшка. Поставить горшок к огню, дать кипеть ключом полчаса. Потом выбрать говядину, бульон процедить. Кочан капусты разрезать на 4 или 6 частей, обдать кипятком, накрыть и дать постоять полчаса. Затем откинуть на сито, выжать из него воду, положить в горшок вместе с говядиной, налить процеженным бульоном, и поставить варить, прибавив 2 луковицы, 2 корня моркови, нашинкованные крупно. Когда щи уварятся, заправить ложкой муки и 2-мя ложками сметаны. Щи должно хорошо уварить, чем больше они упреют, тем бывают вкуснее, поэтому многие предпочитают щи, сваренные накануне.

Борщ малороссийский (по-домашнему)

Борщ этот варят из говядины, баранины, свинины, утки и гуся, или берут разных мяс и живности, варят все вместе; также кладут ветчину и сосиски. Взять 2 фунта говядины, фунт ветчины и половину гуся, вымыть, положить в горшок, чтобы мяса было полгоршка, налить водою, поставить вариться и снимать пену. Свежую капусту нашинковать крупно, полосками в палец шириной, а свеклу — обыкновенным манером; положить в кастрюлю, обжарить в масле, прибавить ложку муки, вымешать, развести бульоном, положить в горшок вместе с двумя нашинкованными луковицами. Кому угодно, можно положить перед обедом фунт сосисек, обжарить их сначала в масле, подправить двумя ложками сметаны и приквасить по вкусу уксусом. После подправки дать борщу прокипеть ключом. Борщ варят иногда из кислых бураков с кислою шинкованною капустой.

Примечание: если борщ подается с сосисками, то называется «польский».

Борщ из сельдерея

Сварить бульон из 3 фунтов говядины с кореньями (прибавить, кто хочет, 1 фунт ветчины), процедить. Взять 1 фунт сельдерея, выбрать самые листья, опустить в кипяток, сварить до мягкости, откинуть на решето и мелко изрубить. Масло и 3/2 стакана муки слегка поджарить, положить туда же сельдерей, развести сметаной, потом бульоном, вскипятить, мешая. Всыпать 2 листочка сельдерея, мелко изрубленного, и укропа.

Грибные щи

Изрубить мелко 2 луковицы, поджарить в 2-х ложках прованского масла, положить 2 стакана кислой капусты, еще поджарить, развести сваренным грибным бульоном с кореньями, варить на легком огне. Перед самым обедом ложку муки поджарить в ложке прованского масла, развести грибным бульоном, влить во щи, положить туда же несколько мелко нашинкованных отварных грибов, вскипятить, всыпать соли и крупного простого перцу.

Борщ с рыбой

Налить в кастрюлю воды, положить туда несколько кусков соленой или свежей осетрины или белужины и поставить на огонь. Между тем, пока рыба будет вариться, нашинковать свеклы и свежей капусты и тушить в масле, потом положить в кастрюлю, в которой варится рыба. Если отвар не довольно кисел, то прибавить в него немного слабого уксуса. Потом взять свежей рыбы, как-то: карасей или другой, очистить ее от чешуи, выпотрошить, обвалять в муке, обжарить в масле и положить в кастрюлю, прибавить также несколько обланжированной моркови, изрезанной в небольшие куски, и муку с четвертинками или даже целыми луковицами. Всему этому дать хорошенько увариться, а затем приправить перцем, солью и пюре томатов.

Заливной поросенок по-домашнему

Взять не очень большого поросенка, разнять начетверо, отрезать голову, уложить в кастрюлю, налить водой; посолить, поставить вариться, прибавить понемногу зернами перцу и лаврового листа. В другой кастрюле поставить вариться, смотря по величине поросенка, 4 или 6 телячьих ножек. Когда поросенок поспеет, вынуть из бульона, положить в холодную воду, а бульон вылить в кастрюлю с ножками. Дать ножкам хорошо увариться, чтобы мясо отставало от костей. Когда бульон готов, процедить на сито, в другую кастрюлю положить 10 листов желатина, размешать и поставить на плиту, чтобы бульон закипел. Затем сделать «оттяжку», чтобы бульон был прозрачным. Для этого надо в отдельную кастрюльку положить 5 яичных белков и влить? стакана холодной воды, взбить веничком, еще прибавить чумичку кипящего бульона и, размешав веничком, быстро влить в кипящий бульон, размешать веничком и дать закипеть. Когда закипит, сдвинуть на край плиты, чтобы кипело потихоньку, и бульон «ланшпик» будет очищаться. Дать кипеть, смотря на пропорции, от 3/4 до 1 часа и более. Когда бульон «ланшпик» сделается прозрачным и белки сядут на дно, что означает его готовность, то надо процедить его через салфетку. Сваренного поросенка разобрать, отделить мясо от костей с помощью ножа, чтобы куски мяса были аккуратные, а также разобрать и мясо вареных ножек. Затем мясо ополоснуть в теплой воде и подсушить на полотенце. Сварить несколько штук яиц вкрутую, очистить и нарезать кружками. Потом взять формы для заливного, поставить их глубоко в лед или снег и слить сначала немного ланшпика (бульона). Когда застынет, положить красиво кусочки мяса и яиц и, залив гарнир вновь ланшпиком, дать застыть. Когда застынет, опять положить мясо и яйца и также немного залить ланшпиком и так продолжать до наполнения формы. Тогда выставить на холод до следующего дня, или же оставить во льду, если требуется на спешку.

Примечание: заливать формы надо холодным ланшпиком, когда он начинает чуть-чуть густеть. Если же очень загустеет, тогда можно чуть отогреть, т. е. поставить на плиту и снимать тотчас же, когда он со дна и с краев ожижел. Когда надо подавать, то форму обмакнуть в теплую воду, обтереть и осторожно выложить на блюдо. Крутом можно положить зелени и лимона кружочками, для украшения. К этому поросенку подается в соуснике хрен со сметаной или заправленный в уксусе с солью и сахаром.

Индюшка с ланшпиком домашнего приготовления

Индюшка приготовляется точно так же, как поросенок, но разница в том, что ее начиняют иногда за кожу яйцами или фаршем. Разняв индюшку на части, из белого мяса приготовить фарш, скатать наподобие колбасы, завернуть в холстину, обвязав ниткой, и сварить в бульоне. Прочие части индюшки сварить, выбрать кости. Потом взять один лимон, нарезать тонкими ломтиками, несколько круто сваренных яиц, разрезать каждое начетверо, и зеленой рубленой петрушки горсть. Фарш нарезать ломтиками или другими фигурами. Налить в фарш немного ланшпику, застудить, положить на него несколько кусков индюшки, фаршу, яиц, лимона, посыпать петрушкой, залить ланшпиком и застудить. А на этот слой уложить все оставшееся, залить лашпиком и поставить в лед. Так же заливают ланшпиком дичину и телячью головку. Вместо телячьих ножек можно класть в ланшпик осетровый клей. Для приготовления большого блюда ланшпика надобно 1/4 фунта клею, размочить в холодной воде, разварить и влить в бульон.

Винегрет

Из остатков всякого жаркого можно приготовить винегрет, прибавив свежих или соленых огурцов, вареного картофелю, свеклы, круто сваренных яиц, обваренных грибов или груздей. Потом облить винегрет следующим соусом: смотря по количеству винегрета, ложку прованского масла, две ложки уксуса, один круто сваренный желток, немного соли, чайную ложку горчицы, стереть все вместе хорошенько и облить винегрет. Другая облива для винегрета приготовляется таким манером: берут молоки от двух селедок, вымачивают их предварительно в уксусе и выполаскивают в воде, протирают сквозь сито, прибавляют прованского масла, уксусу и горчицы, стирают все вместе и обливают винегрет.

Винегрет из рыбы (по-домашнему с ланшпиком)

Снять филеи с назначенной для винегрета рыбы, подрезать верхнюю кожицу и, сложив на растопленное в сотейнике масло, поставить на огонь; когда филеи спассеруются, т. е. побелеют, повернуть, прищепить окончательно, снять горячими с сотейника на блюдо и остудить. Рыбьи головки, кости и обрезки сложить в кастрюльку, влить немного воды, посолить, положить кореньев и луку и сварить бульон. Когда будет он готов, процедить, положить ложку уксусу, несколько листиков желатина, взбить белков, поставить на огонь, мешать, а когда вскипит, отставить на легкий огонь и варить, пока ланшпик очистится и будет достаточно крепок, тогда процедить половину, застудить на льду, а остальной оставить на столе не застывшим. Одновременно изрезать очищенные огурцы, маринованные грибки, корнишоны, положить ложку каперцев, 10 оливок без косточек, сложить все это на сотейник, влить 3 ложки прованского масла, 1 ложку уксуса, по вкусу соли, перцу, поставить на лед, влить несколько ложек ланшпику и, когда начнет застывать, прибавить снова ланшпику и рубленой зелени, застудить окончательно. Выложить на середину блюда горкою, без всякого фасона, и крутом обложить нарезанными из остального ланшпика крутонами.

Заливная рыба

Залить ланшпиком можно всякую рыбу, но приличнее для этого осетрина, судаки, лососина, форель и другая крупная и мясистая рыба. Рыбу, которую хотят залить ланшпиком, приготовив как следует, разрезать на части, вымыть, положить в кастрюлю с лавровым листом, перцем, луком и солью. Сварив до спелости, выложить на блюдо, чтобы рыба остыла. В тот же бульон положить мелкой рыбы, маленьких щучек, окуней, а всего лучше ершей, смотря по тому, сколько потребуется ланшпику. Налив водою, варить до тех пор, пока рыба совершенно разварится. Тогда процедить сквозь салфетку и, дав постоять, слить в чистую кастрюлю, прибавить две столовые ложки уксусу и стакан виноградного вина, подцветить пережженным сахаром и, дав раз вскипеть, положить желатина, сделать оттяжку, т. е. сделать прозрачным, изрезать кружочками 1 лимон, выбрав семечки, 2 круто сваренных яйца также нарезать кружочками; накрошить не очень мелко горсть петрушки и укропа. Налив в форму ланшпика, пальца на 2–3, застудить, а когда застынет, уложить красиво яйцами, морковью, лимоном, посыпать зеленью и положить несколько кусков рыбы, а сверху положить опять слой яиц, лимона, моркови, зелени и залить ланшпиком. Наконец, уложить все оставшееся, как-то: рыбу, яйца, лимон, морковь и зелень, залить ланшпиком и поставить на лед. Можно заливать рыбу проще, не так красиво и заманчиво, а именно следующим образом: сварить рыбу в соленой воде с кореньями и, когда будет готова, уложить на глубокое блюдо и посыпать рубленой зеленью петрушки и укропа. Бульон процедить, положить желатина, размешать и остудить, потом облить рыбу и застудить.

Примечание: перед заливанием в формы ланшпик нужно остудить, и как только он начнет чуть густеть, начинать заливать; в противном случае рыба и все украшение гарнира всплывет на верх формы.

Щука

Выпотрошив щуку, вымыть, но чешую не счищать и сварить в воде с солью. Кто пожелает, можно положить, когда сварится щука, луку, кореньев. Дав поспеть, оставить в отваре немного остыть; тогда, вынув из отвара, снять кожу вместе с чешуей — она очень скоро и легко снимается, — положить на блюдо, облить распущенным столовым маслом, посыпать рубленным укропом и петрушкой и подавать. Если желают подать щуку под соусом, то последний приготовляют так: влить в кастрюлю стакан виноградного вина, положить ложку чухонского масла, лимон, изрезав кружочками и выбрав семечки, дать прокипеть, прибавить столовую ложку готовой горчицы, приправить двумя желтками и облить этим соусом щуку.

Домашний студень с вином

Взять свиную голову и обваренную в кипятке телячью голову, 4 телячьи ноги, кусок солонины; разварить хорошенько, чтобы с костей отделялось мясо, разрезать на четвероугольные куски, а уши — на продолговатые пластинки, процедить бульон сквозь сито, поставить на сильный огонь и варить до тех пор, пока все загустеет. Налить туда? бутылки белого вина и столько винного уксуса, чтобы масса получила кислый вкус. Облушить лимон, разрезать его на куски, сварить, положить мелко нарезанную луковицу, крупно истолченную гвоздику, пряности, перец и сварить. Положить туда мелко изрезанное мясо, посолить, прибавить 4 яйца, мелко изрезанных и сваренных вкрутую, вылить в круглую форму, дать охладеть и вынуть из формы. Если студень не выходит из формы, то ее обертывают тряпкой, намоченной горячей водой. Подают с холодным соусом или уксусом, горчицей и маслом.

Утка с кореньями

Выпотрошить и вымыть утку, заправить, как обыкновенно заправляют ее для жаренья; положить в кастрюлю ложку коровьего масла и ложку муки, поджарить до красна, влить 4 стакана бульона, смешать хорошенько, опустить в бульон утку, посолить, посыпать перцу, положить кореньев, петрушки и моркови, нашинковать полосками или нарезав покрасивее иным манером; положить их в одно время с уткой, а если коренья молодые и мягкие, то в половине варки, накрыть кастрюлю и варить на легком огне. Когда утка будет готова, вынуть, разрубить, уложить на блюдо, обложить кореньями, если бульон выкипел, прибавить еще полстакана, вскипятить раза два и облить утку.

Гренад

Отобрать круглые кочешки цветной капусты, обрезать кочерыжки, но так, чтобы самые кочешки не развалились, обварить в воде с солью, однако не очень мягко, и откинуть на решето, чтобы вода стекла. Потом взять разрубленных на части цыплят или молодого барашка и отварить со сморчками. Далее обжарить в коровьем масле, прибавить немного отвара, в котором варилось мясо, приправить чуть-чуть мускатным цветом и подбить истертым хлебом. В то же время сделать фарш из мелко изрубленного мяса с тертым хлебом, коровьим маслом и замесить с сырыми яйцами. Когда все будет приготовлено, взять глубокую кастрюлю или форму, вымазать ее холодным коровьим маслом и уложить полосками ветчинного сала, на них положить цветную капусту, цветками вниз, плотно между собой как на дне кастрюли, так и по сторонам. Промежутки наполнить фаршем и сверху покрыть им же на палец толщиной, уровнять нагретым ножом и вымазать взбитыми яичными желтками. После того положить туда же фрикасе, т. е. изрезанное мясо, грибы и проч., но без соуса, намазать еще фаршем потолще, чем в первый раз, и укрепить со всех сторон, чтобы держалось. Наконец, покрыть тонкими ломтиками ветчинного сала, поставить форму в большую кастрюлю, в которую влить немного горячей воды, накрыть кастрюлю плотно и поставить запекаться в печь. Перед тем как подавать на стол, ветчинное сало снять, положить на форму, блюдо, на котором должен подаваться гренад, опрокинуть осторожно и обтереть, сало и соус от приготовленного фрикасе подавать отдельно.

Говядина с гарниром

Чтобы можно было выбрать из бульона хороший кусок говядины без костей на второе блюдо на 6–8 человек, надо варить бульон из 6, но не менее 5 фунтов говядины. Вымыть ее, очистить, варить с кореньями, как обыкновенно. Вынув на блюдо мясо, нарезать ломтиками и обложить отваренною цветной капустой, красиво нарезанной морковью, репой, картофелем и итальянскими макаронами и облить распущенным маслом и подавать. К мясу на соусе можно подать тертый хрен в белом соусе, прибавить немного уксуса.

Язык с яблоками

Сварить язык, снять с него кожу, положить на сковородку масла и, дав ему закипеть, положить в масло язык, разрезав его по толщине надвое, обжарить румяно. Между тем очистить несколько кислых яблок и нашинковать полосками, положить в кастрюлю, влить стакан виноградного вина и стакан воды, прибавить по вкусу сахару и немного гвоздики и уварить хорошенько. Положить язык на блюдо, соус подавать отдельно.

Фаршированный язык

Уварить язык до мягка, снять кожу и разрезать по толщине надвое. Приготовить из телятины фарш, намазать обе половинки языка в палец толщиной, пригладить мокрым ножом, чтобы каждая половинка языка походила на целый язык. Положив язык на сковороду, облить маслом, прибавить немного бульону, поставить в печь или духовой шкаф и дать зарумяниться. Соус к языку приготовить следующий: ложку коровьего масла растереть с 1 ложкой муки, положить цедру с 1 лимона, стертую на сахар, выжать сок из 1 лимона, влить стакан виноградного вина и стакан воды, размешать и поставить на огонь, дать раз вскипеть, потом подбить 2 желтками и вымешать. Положить язык на блюдо, соус подавать отдельно.

Цыплята со спаржею

Вычистить пару цыплят, выпотрошить, вымыть, отделить осторожно кожу от мяса и начинить цыплят за кожу следующим фаршем: обрезать с белого хлеба корку, размочить в молоке, а потом выжать до суха, положить 2 или 3 сырых яйца и ложку чухонского масла, растереть все вместе, прибавить рубленой зеленой петрушки, посолить, начинить цыплят, заткнув сначала отверстие у зоба пучком, чтобы фарш не проходил во внутренность цыпленка; когда начините, кожу у шеи завязать ниткой, а разрез назади зашить; таким образом начиняют всех птиц. Начинив и заправив цыплят, положить на противень, облить маслом, изжарить или, положив в кастрюлю, жарить, поливая маслом, поворачивая на обе стороны, чтобы цыплята хорошо зарумянились. Соус под цыплят приготовляют следующий: отварить очищенную спаржу в соленой воде, но не переварить, нарезать ее кусочками в вершок длиной; положить в кастрюлю ложку сливочного масла, стереть с ложкой муки, развести горячими сливками, прокипятить и положить туда же спаржу, проварить на малом огне. Отпуская на стол цыплят, разрубить, уложить на блюдо и посыпать зеленой рубленой петрушкой, а соус подать отдельно.

Московская солянка с капустой (густая)

Приготовляется из той рыбы, которая бывает в остатке, как из рыбы сваренной, так и рыбы соленой, например: осетрины, белужины, тешки малосольной или свежей, лососины, судаков, сигов и проч. Сперва взять в кастрюлю шинкованной капусты, налить кипящей водой и сварить до мягкости, потом запассеровать на масле одну мелко исшинкованную луковицу, а когда лук начнет желтеть, положить ложку муки, развести бульоном (какой есть) и выкипятить соус до густоты; потом откинуть из воды на сито сваренную капусту, обжать немного воду, положить в соус, размешать и вскипятить. Между тем приготовить 4 сваренных или маринованных гриба, 2 очищенных огурца, 3/2 фунта малосольной тешки, 1/2 фунта свежей лососины, которую изрезать на ломтики и поджарить в масле. Положить на сковородку (сковородка для солянки употребляется без ручки и луженая), ряд капусты, сверх капусты положить ломтики грибов, огурцов, тешки и лососины, покрыть снова капустой, наложить грибов и проч., и продолжать так доверху, сверху покрыть капустой, посыпать тертым сыром, поставить в горячую печку, запассеровать, убрать сверху красиво корнишонами, оливками, раковыми шейками, маринованными вишнями, маленькими рыжиками и подавать.

Тельное из щуки

Очистить, выпотрошить и вымыть щуку, снять с костей филеи, подрезать верхнюю кожицу и оскоблить ножом филеи так, чтобы косточки не попадали к мякоти, потом изрубить мелко, посолить, положить в каменную ступку, прибавить ложку прованского масла, 2 ложки тертого хлеба, протолочь и, когда из этого образуется одинаковая масса, выложить на стол, посыпать мукой, скатать в рулет, разделить на 4 части, из каждого куска сделать продолговатую котлетку, обвалять в муке и сложить в разогретое на сковородке масло. Перед отпуском обжарить котлетки на легком огне и с обеих сторон, сложить на блюдо и полить маслом, в котором жарились. К этому подается салат или огурцы и картофель.

Карп с медом

Очистить, выпотрошить и вымыть карпа, посолить, положить в рыбный с решеткой котел, обложить очищенным цельным луком, положить очистки из шампиньонов, влить стакан мадеры, покрыть кружками нарезанного лимона и оставить так с час. В то же время взять в кастрюльку 2 ложки белого меду, поставить на огонь и, когда мед выварится и пожелтеет как карамель из сахара, влить 4 ложки прованского масла, положить 3 ложки муки, размешать, развести бульоном рыбным или из кореньев, мясным так, чтобы соуса было 4 стакана, вылить в рыбный котел, где карп и, закипятив на огне, поставить в горячую печку. Очистить 1/4 фунта кишмишу, 1/8 фунта сладкого миндалю пополам с горьким, 1/4 фунта маленького луку под названием перлового и обжарить его на прованском масле, потом очистить 4 корзинки свежих шампиньонов, сварить в воде с лимоном, положить к ним миндаль, лук и изюм и оставить на плите покрытым. Когда карп будет готов, вынуть осторожно с решеткой, очистить коренья и лук и переложить цельным на рыбное блюдо. Соус с кореньями слить на сотейник и вскипятить до густоты (постоянно мешать); тогда прибавить чего по вкусу будет недоставать, как-то: лимонного соку, соли или меду, прожать сквозь салфетку, влить часть в гарнир и поставить на огонь, а остальное мешать на плите. Когда гарнир вскипит, обложить с обеих сторон (можно нафаршировать и середину) карпа на блюде и залить сверху горячим соусом.

Щука под сметаной

Очистить щуку, разрезать вдоль хребта, вырезать осторожно мясо с костями, чтобы не прорезать кожицы, голову и хвост оставить. Отделив мясо от костей, посолить, мелко изрубить, смешать с луковицей, мелко изрубленной и поджаренной в? ложке масла, положить? французского белого хлеба, намоченного и выжатого, английского и простого толченого перцу по 4–5 зерен, прибавить еще? ложки масла, взбить яйцо, всыпать зелени, размешать все хорошенько и истолочь еще в ступке, нафаршировать рыбу и завязать плотно нитками. Сварить бульон из разных кореньев, посолить, процедить, опустить в него щуку, а когда уварится, слить этот бульон в другую кастрюлю и рыбу поставить на пар, чтобы не остыла. В рыбный же бульон положить очищенного картофеля, сварить, затем распустить 1,5 ложки масла, пожарить в нем? мелко изрубленной луковицы, всыпать 2/3 стакана муки, развести 2–3 стаканами рыбного процеженного бульона, 2 или 1 стаканом сметаны так, чтобы соусу было стакана 4, не менее, вскипятить, переложить к рыбе картофель, облить этим соусом, подогреть, выложить на глубокое блюдо, посыпать зеленью петрушки и укропа и подавать.

Рыба по-еврейски

Какую-нибудь свежую рыбу (лучше всего щуку) очистить, разрезать на большие куски, посолить солью, оставить на час. Эту же рыбу можно нафаршировать; в таком случае с каждого куска срезать осторожно мясо с костями, выбрать их, а мясо мелко изрубить с луковицей, посолить, положить толченого английского и простого перцу по 5–6 зерен, яйцо и размешать. Очистить и нарезать довольно мелко петрушку, 2 луковицы, сельдерей, порей, прибавить соли, английского перцу зерен 15, лаврового листу 4–5, 3 зерна толченого простого перцу, налить все это водой и варить. В этот бульон опустить рыбу так, чтобы едва покрыло, поставить на сильный огонь, влить с? стакана холодной воды, наблюдать, чтобы рыба не пригорела, варить так минут 10, снимая накипь; потом опять подлить? стакана холодной воды и поступать так каждые 10 минут в продолжение часа. Переложить рыбу на блюдо, облить процеженным соусом, в который некоторые прибавляют? ложки меду и? стакана изюму, после того раз вскипятить и тогда облить рыбу.

Рыбные котлеты

Очистить двух судачков, снять филеи, снять с них кожицу, вырезать косточки и изрубить мелко. Когда все будет готово, посыпать солью с перцем, положить? фунта масла и размять так, чтобы образовалась ровная масса, тогда положить 2 ложки сливок, размешать окончательно, разделить на столько частей, сколько предполагается иметь котлет, сформировать котлетки мокрым ножом, а потом смазать яйцом и перевалять в крошках белого хлеба, обровнять, сложить на растопленное в сковородке масло, изжарить, заколеровать ровно с обеих сторон, сложить на блюдо в кружок, а в середину наложить шампиньоны.

Солянка с капустой (густая, скоромная по-московски)

Солянка с капустой большей частью приготовляется из остатков жаркого, прибавить к нему: ветчины, сосисок, солонины, телятины, шампиньонов, грибков, корнишонов. Взять? фунта мягкой свинины, сложить на масло в кастрюльку, посолить поставить на огонь и обжарить кругом; перебрать 1 фунт шинкованной капусты (хорошего вкуса), не кислой, а когда свинина заколеруется, положить туда капусту, влить стакан воды и варить под крышкой на легком огне, потом очистить филейного рябчика, положить в кастрюлю к капусте и варить до тех пор, пока капуста, рябчик и свинина сварятся до мягкости. Тогда распустить в сотейнике? ложки масла, положить исшинкованную луковицу и, когда пожарится и начнет желтеть, положить ложку муки, размешать, развести бульоном и поставить на огонь. Когда капуста и прочее будут готовы, выбрать рябчика кусочками и такими же кусками изрезать соленый сваренный язык, ветчину и телятину, маринованные грибы и корнишонов, а когда соус выкипит до надлежащей густоты и вкуса, наложить ряд капусты на луженую (без ручки) сковородку; сверх капусты положить ломтиками нарезанной свинины и проч., залить соусом и повторять так далее, пока сковородка не наполнится. Сверху полить соусом и посыпать тертым сыром и заколеровать. Потом убрать узором из нарезанных корнишонов и языка, окропить маслом и подавать.

Ревельская каша с селедкой

На это блюдо нужен хороший, мучнистый картофель, который тщательно обчищают, потом разрезают на куски и, прибавив достаточно воды, варят таким образом, чтобы он сильно кипел, причем должно чисто и часто снимать пену и прежде, чем картофель сварится и развалится, слить всю воду дочиста и, закрыв картофель, дать ему преть в собственном пару. Потом его истирают мелко или пропускают через сито; далее смешивают с? бутылки хороших сливок, 3/8 фунта свежего масла, четырьмя яичными желтками, небольшим количеством соли и варят на огне, пока все превратится в густую кашу, которую ставят пирамидообразно на блюдо, намазанное маслом и выдерживающее жар; затем чайной ложечкой делают на нем разные фигуры, наполняя отверстия разведенным маслом и 15–20 минут дают колероваться в сильном печном жару. Снизу кругом обкладывают этот картофель венчиком из кусков жареной селедки, которую приготовляют следующим образом: обмыв 3 селедки и дав им пролежать часов 12 в воде, их очищают от костей, снимают кожу и половинки селедок на время мочат в молоке, чтобы соль как можно более вытянуло. После того их обсушивают на полотенце, каждую половинку разрезывают еще раз, в то же время мешают? фунта растопленного масла с яйцом, катают в нем селедки, которые потом посыпают крошенной булкой и, наконец, поджаривают на масле с обеих сторон.

Паштет из щуки

Очистить рыбу, нарезать на куски и посолить. Часа через два вытереть рыбу, чтобы она была суха и чтобы соли на ней не оставалось. Поджарить рыбу в масле (в сотейнике), прибавить немного мелко искрошенной лимонной корки; потом положить в этот же сотейник изрезанных в мелкие кусочки артишоков, сморчков, раковых шеек целиком, всыпать немного тертой булки или сухарей, влить с? стакана бульону и дать всему этому раз порядочно вскипеть вместе с рыбой. После того вымазать маслом жестяное (или серебряное) блюдо, вылить в него весь этот соус с рыбой, прибавить немного крошенной лимонной корки и, по желанию, из паштетного теста крышку, прикрепив к краям блюда яйцом, помазать тесто сверху яичным желтком и поставить в печь. Когда тесто до половины спечется, вырезать маленькое отверстие в корке, чтобы паштет не лопнул, и оставить в печи, пока не спечется совершенно. Одновременно сделать соус: вбить в кастрюлю три или четыре желтка, влить немного винного уксусу, всыпать немного пшеничной муки, перемешать хорошенько, положить кусок масла (по пропорции) и две цельных луковицы и подлить горячей воды; варить, мешая, пока соус не будет довольно густ, затем влить его в паштет и подавать на стол. Паштет можно сделать постным, употребляя вместо коровьего масла прованское, не прибавляя яичных желтков, а вместо мясного бульона подлить крепкой рыбной ухи.

ПОДАРОК МОЛОДЫМ ХОЗЯЙКАМ ЕЛЕНЫ МОЛОХОВЕЦ

Книга, о которой пойдет речь в этом очерке, имела очень счастливую судьбу. Судите сами — 29 изданий всего за полвека с небольшим, огромная популярность среди самых разных слоев населения, самые лестные и многочисленные отклики в печати. Можно смело утверждать, что большинство «цивилизованных» хозяек России второй половины XIX и начала XX века постигали премудрости кулинарного искусства по книге Елены Ивановны Молоховец «Подарок молодым хозяйкам или средство к уменьшению расходов в домашнем хозяйстве».

Первое издание книги увидело свет в 1861 году, а последнее, 29-е — в 1917 году. Общий тираж был рекордным для тех лет — 295 тыс. экземпляров. И что интересно, каждое последующее издание неизменно дополнялось автором, перерабатывалось. Разница между первым и последним изданием составляет 325 страниц.

Более 40 лет этот кулинарный бестселлер был вне конкуренции. Многие авторы пытались подражать Е. Молоховец, превзойти ее, но неизменно все эти потуги оканчивались провалом.

За советский период ни эта, ни другие книги Е. Молоховец (а ее литературное наследие довольно большое) не издавались. И имя ее затерялось в том огромном потоке кулинарных книг, которые были изданы более чем за 70 лет.

Те же счастливцы, которым осталась эта книга в наследство от прабабушек, по праву гордятся старинным фолиантом и хранят его как самую большую ценность. И дело даже не в том, что книга ценна сама по себе, так как издана еще в прошлом веке. Любой, кто хоть однажды знакомился с этим изданием, с удивлением отметил для себя ее современность и практическую ценность.

Да, многие продукты, о которых пишет Молоховец, полностью или частично исчезли с нашего стола, на смену печи пришли электрические и газовые плиты. Все это верно, как верно и то, что никогда не устареет истинно традиционная русская кулинария с ее веками выпестованными технологическими приемами, рецептами кушаний, вызывавшими восхищение многих поколений людей. Все это есть в книгах Молоховец и изложено на том уровне, которого не достигла ни одна современная самая полная поваренная книга.

В ней описано более 2000 разных кушаний с подробным

указанием всех входящих в них ингредиентов. Кроме того, приведено более 1000 рецептов приготовления всевозможных домашних заготовок: фруктовых, овощных, мясных, печений, варений, наливок, вин, сыров, уксусов и пр. В специальных разделах описаны вегетарианский стол, а также постные кушанья. Безусловный интерес представляют материалы по сервировке стола и блюд, подробнейший перечень кухонной посуды и принадлежностей для обеденного и чайного стола.

Даже этого беглого, далеко не полного перечня содержания книги вполне достаточно, чтобы рассматривать ее как энциклопедию русского кулинарного искусства.

Когда листаешь книгу, невольно проникаешься полным доверием ко всему, что в ней написано. Настолько подробно и со знанием дела автор рассказывает о своем предмете. Здесь нет пренебрежения к мелочам — все главное.

Безусловно, для современного читателя представляют интерес и рекомендации Молоховец по определению качества продуктов питания. «Изучение кулинарного искусства, — пишет Елена Ивановна, — должно быть начинаемо с провизии и главным образом мяса и рыбы, как наиболее употребляемых продуктов и в то же время трудно узнаваемых непонятливыми хозяйками».

Вот, например, некоторые ее рекомендации по поводу распознавания качества мяса. Хорошая говядина не должна быть ни бледно-алого, ни насыщенного красного цвета, потому что первый служит признаком болезни, а второй указывает, что животное не было убито, а умерло с сохранением всей крови, или что оно страдало острой лихорадкой.

Хорошее мясо должно иметь лишь незначительный запах или даже вовсе не иметь. Простояв день или около того, оно не должно давать ни струи жидкости, ни покрываться влажностью, напротив того, поверхность его должна оставаться сухой.

Чтобы узнать, свежая говядина или нет, стоит только купить лакмусовой бумаги, состоящей из розовых и синих листочков. Если приложить к говядине синий листочек, он сделается красным. Это знак, что мясо несвежее, что в нем уже образовалась кислота. Если же приложить к говядине розовый листочек и он сделается синим, — знак, что мясо совершенно свежее.

Чаще же мы имеем дело с замороженными кусками говядины и свинины. И для этого случая у Молоховец есть рекомендации. «Мясо, купленное мерзлым, — предупреждает она, — должно быть в кухне. Только обмыто перед его употреблением, растаять же оно должно уже в кастрюле при варке или жаренье, но никак не ранее.

Надо остерегаться покупать не мерзлое, но оттаянное мясо. Узнавать его можно следующим образом, — здесь мы рекомендуем читателю быть особенно внимательным. — Цвет отталого — ярко или кирпично-красный. Поверхность разреза ровная и чрезвычайно влажная. При дотрагивании такое мясо обильно смачивает пальцы. При надавливании пальцем он углубляется в мясо как в тесто и оставляет после себя ямку, которая не наполняется сама собой, как это делается в парном мясе.

Если такое мясо положить на блюдо, то по прошествии некоторого времени кругом мяса образуется как бы лужица жидкости цвета алой крови…»

Но здесь нам бы хотелось обратить внимание читателя на другое, а именно — на подробность изложения. Приведенная нами цитата — всего лишь маленькая выдержка из всех наставлений, которые дает Молоховец по определению доброкачественности мяса.

Много в книге приведено полезных советов по использованию всевозможных продуктов. Вот некоторые из них.

* * *

Самая здоровая и питательная вещь в бульоне — это белковина, которую снимают с бульона в виде пены и выбрасывают, но дурно делают — ее лучше сливать в отдельную кастрюлечку, кипятить отдельно, на малом огне; за обедом же вливать ее в тарелку с супом, предназначенным для слабых и малокровных, а лучше совсем не снимать пены и перед обедом только процедить бульон сквозь ситечко.

* * *

Чтобы подцветить бульон, надо одну луковицу, вместе с шелухой, обтереть, разрезать надвое и поджарить ее кругом, на горячей плите, но смотреть, чтобы не подгорело. Тогда опустить в бульон и варить его. Для подцвечивания бульона употребляется также жженый сахар, или грибной отвар, или просто одна луковая шелуха. Вместе с луком необходимо, для вкуса, точно так же поджарить на плите морковь, петрушку и селлерей (сельдерей — В.К.).

* * *

Борщ перед отпуском надо подкрашивать соком из сырой натертой свеклы, с которым раз вскипятить.

* * *

Каждый суп и жаркое, которое варится, печется, жарится или тушится, надо ставить сперва на большой огонь, а потом поджаривать или доваривать на меньшем огне.

* * *

Когда говядина тушится в кастрюле, то надо чаще ее то переворачивать, то, поднимая, мешать ложкою соус с кореньями и хлебом, для того, чтобы жаркое не подгорело. Если же подгорит, то тотчас вынуть говядину, срезать подгорелое, соус перелить в другую посуду, кастрюлю вычистить и вымыть и тогда уже перелить в нее снова все для дальнейшего жаренья, подлив бульона.

* * *

При жареньи: котлет, бифштекса, зраз и пр. надо раскалить сковородку, подрумянить мясо, на сковородке или в кастрюле и тогда класть масло, чтобы подрумянилось со всех сторон, а потом уже дожаривать на легком огне, переворачивая и обливая стекающим соком.

* * *

Также и жаркое, обмазав маслом и подлив 2–3 ложки воды, надо ставить на противне сразу в горячую печь, чтобы обжарилось кругом, а потом уже дожаривать в меньшем жару, каждые 10 минут поливая стекающим соком и прокалывая сверху вниз двумя шпиковками или вилкой. В этом заключается весь секрет хорошего жаркого; надо смотреть также, чтобы не пережарилось.

* * *

Если рыба варится для ухи, то ее надо опустить в холодную воду. Если же варится для подачи под соусом или для майонезов,

то опускается в кипящий уже отвар с кореньями, луком, лавровым листом, перцем и солью.

* * *

Когда варятся раки, то оставшиеся скорлупки вымыть, высушить, истолочь на раковое масло. При варке раков их надо опускать непременно в крутой, соленый кипяток с укропом.

* * *

Разварной картофель, равно как и разварная крупа и печеные яблоки, предназначенные быть протертыми, должны протираться горячими, сквозь терку, меленку, или сквозь решето, потому что тогда легче протереть их и он спорнее.

* * *

Чтобы поджарить лук, надо растопить в кастрюлечке масло, всыпать очищенный и мелко изрубленный лук, мешая, поджарить его до известной степени, смотря по кушанью, в которое предназначается. Но так как не все любят лук, то, накрошив его, можно завернуть в кисейку, вымыть под краном холодной водой, сильно его выжимая, и тогда же употреблять.

* * *

Свежие, т. е. очень молодые коренья, как морковь, петрушка, картофель для основного говяжьего бульона не годятся; надо класть старые, которые, сварив в бульоне, перед отпуском вынуть и заменить их свежими, заранее отдельно в бульоне сваренными. Вылущенный же свежий горошек никогда не надо варить с другими овощами, а отдельно в бульоне или в соленой воде, откинуть на дуршлаг и готовый всыпать в бульон, подливая отвар его по вкусу, потому что вкус его очень сильный и может заглушить собою вкус всех прочих овощей. Свежие огурцы, для салата, очищаются ножом от кожицы и затем шинкуются ломтиками в шинковке или острым ножом.

* * *

Если картофель варится с тем, чтобы отвар его был употреблен в суп, так как он придает сладость, то он опускается в небольшое количество процеженного и остывшего бульона. Если же нужен сочный картофель, то опускается в соленый кипяток.

* * *

Разбивая яйца, надо разбивать их всегда над отдельной чашкой, посмотреть, свежо оно или нет и если совершенно свежее, то тогда уже отделить белки к белкам, а желтки к желткам.

* * *

Желтки, предназначенные для пудингов, тортов и пр., растирают в деревянной чашке, добела, с мелко просеянным сахаром рафинадом, в теплом месте, т. е. в комнате.

* * *

Белки же, равно как и густые сливки, сбиваются в густую пену в прохладном месте. Лучше всего до сбивки продержать их на льду или на снегу. Сбивать на блюде плоской металлической сбивалкой или деревянной вилкой. Всегда начинать сбивать слегка и медленно, затем все сильнее и сильнее.

* * *

Если рис варится для супа-пюре, так что нужен рисовый отвар, то перемытый рис опускается в холодную воду и варится, пока не разварится.

* * *

Если же нужен рис для пудингов, к курице, в бульон и пр., то перемыть его, обланжирять в соленом кипятке, слить, опустить рис в свежую кипящую воду или молоко, сварить.

* * *

Если нужен лимонный сок, то надо разрезать лимон пополам, выжать из него сок рукою, но никак не машинкою, так как она раздавливает и самую белую кожицу, имеющую горечь. Зернышки тотчас же вынимать и затем сок тщательно процеживать сквозь ситечко или тряпочку, так как достаточно самого маленького, почти незаметного зернышка, чтобы испортить все кушанье, так сильна заключающаяся в них горечь. Надо остерегаться употреблять в кушанья лимон с зеленоватой мякотью и с массой зерен, потому что это, по большей части, дикие лимоны, горькие, не придающие кушаньям ни малейшего аромата.

* * *

Подавая лимон к чаю, весь лимон обливают кипятком из самовара, чтобы обмыть его от грязи и вызвать более сильный аромат.

* * *

Если нужно, чтобы яблоки разварились, надо брать кислые сорта, а если нужно, чтобы не разварились, — выбирать сладкие.

* * *

Если надо вынуть сердцевину яблок, то сперва вынуть ее, а потом уже очистить от кожицы, иначе яблоко может развалиться.

* * *

Каждое кушанье вкусно, если подается только что сваренным или изжаренным, поэтому общее правило: назначать аккуратно время обеда для того, чтобы изжаренное или сваренной кушанье тотчас подавалось, а не стояло долго на плите.

* * *

Блюда должны быть, по величине своей, употребляемы сообразно количеству кушанья, иначе также выходит некрасиво.

* * *

Остерегаться пересолить, досолить может себе каждый, а пересол исправить иногда и невозможно, поэтому лучше всего иметь для супов и соусов заготовленную кипяченую соленую воду.

* * *

Если смешивается мука с водой, или молоком, или с какой иной жидкостью, то надо не муку сыпать в жидкость, а жидкость вливать понемногу в муку, растирая ее до гладкости.

* * *

Вынув пирог из печи, никогда не надо накрывать его полотенцем, потому что от этого корочка делается мягкой и невкусной. Чтобы не простыл, печь его вовремя и затем, до отпуска, оставлять его лучше в духовой печи, при открытых дверцах.

* * *

Средство узнать подмес воды в молоке. Надо опустить в него стальную спицу. Если молоко не разбавлено, то на конце спицы останется капля молока, если же разбавлено водой, то спица окажется совершенно чистой.

* * *

Если подается к завтраку или к обеду картофель, то, очистив его и перемыв, варить в отдельной кастрюльке, в небольшом количестве посоленной воды, и этот отвар выливать потом в суп или уху. В таком случае не солить раньше супа, чтобы не пересолить его. Хороший картофель придает ему вкус сладости.

* * *

Если останется от обеда кусочек пудинга из булки, саго или

манной крупы и пр., то нарезать его острым ножом, тоненькими ломтиками и, перед самым завтраком, пожарить в сливочном масле, на чистенькой сковородке.

* * *

Если останется немного манной или пшенной каши, можно из нее приготовить оладьи.

* * *

Если варится рис, то отвар его можно сохранять, Его могут пить слабые желудком, подсластив малиновым вареньем. Этим остывшим отваром хорошо также вытирать руки и лицо, так как он мягчит кожу.

* * *

Оставшиеся сухие булки или разогреть в духовой печке к чаю, или употребить их на пудинг из булки. Или, нарезав их ломтиками, подрумянить в печке к чаю и кофе. Или сушить их, толочь и сохранять в банке для обсыпки форм, котлет и пр. Или, размочив их в молоке или в воде, класть в котлеты.

* * *

Если употребляются желтки, как например, на сабайон или на горчичный соус и пр., то из оставшихся белков надо в тот же день приготовить или воздушный пирог, или безе и пр.

* * *

Приготовляя компот из свежих яблок, яблочную кожицу срезывать и тотчас опускать в 1–2 стакана воды, в которой и вскипятить с сахаром. Отвар этот может быть полезен от кашля для кого-нибудь из домашних.

* * *

Варя чернослив для компота, отвар его сливать отдельно, употребляя как лекарство, самый же чернослив переложить в приготовленный сироп, в котором еще раз вскипятить.

* * *

Если начнет портиться сливочное масло, перемыть его, посолить, подлить морковного сока или перетопить его на русское масло.

* * *

Если останется сухой сыр, то натирать его на терке и посыпать макароны, греночки, пирожки — булочки.

Конечно же, эти и многие другие советы из книги Молоховец современны и сегодня. Кстати, нам неоднократно приходилось их встречать во многих книгах и журналах.

Читателям наверняка также будет интересно ознакомиться с рекомендациями Молоховец по сервировке стола. Тем более, что современные авторы нас не балуют этой информацией.

Вот один из вариантов сервировки обеденного стола.

По середине четырехугольного стола ставится вертящийся поднос со вставленными в него 4, 6 или 8-ю плоскими салатниками, с разными закусками. В центре этого подноса — один такой же салатник с тонкими ломтиками хлеба.

С четырех сторон, по центру стола, у краев стола, ставятся четыре кучки тарелочек, по 3 или 6 штук.

На двух противоположных углах стола кладутся салфетки, сложенные четырехугольниками, одна на? вершка ниже середины другой.

На двух остальных противоположных углах кладутся вилки с ножами, соприкасаясь только верхними их концами и образуя собою острые треугольники, также одна пара ниже другой, до конца стола, представляя род стрелы.

Между вертящимся подносом и тарелочками ставится водка с рюмками, в бочоночках, кувшинах или графинах.

Между графинами с водкой ставится сливочное масло, выложенное из формы, на тарелочках или масляничках.

Примечание. Сервировку и украшение стола можно разнообразить, смотря по значению обеда, по количеству гостей, а следовательно и по величине стола, а также по времени года и

дня. Возьмем для примера парадный обед.

На стол, покрытый скатертью снежной белизны, ставится по середине серебряная или стеклянная этажерка с фруктами, конфетами и цветами. Эти этажерки бывают очень роскошные и дорогие, но их можно заменить и дешевыми, устроив их следующим образом.

Взять три, более или менее, простые, стеклянные или хрустальные вазы, одну меньше другой, но непременно одного сорта. Поставить их одна на другую.

Ножку нижней вазы покрыть искусственными или свежими цветами, корешками вверх, так, чтобы цветы лежали на столе, образуя из себя ровное круглое плато. Длина веток должна быть по 3–4 вершка, привязать корешки к ножке.

К верхней части той же ножки привязать такие же цветы, но длиною в два и 2,5 вершка, корешками вниз, так, чтобы и верхние и нижние корешки скрывались в цветах, будучи перевязаны бархоткой или ленточкой цвета бордо, оканчивающеюся пучком петель.

На нижнюю вазу уложить апельсины и мандарины, перекладывая их спускающимися ветками винограда.

На вторую вазу уложить яблоки, груши, бергамоты и пр., перекладывая их также спускающимися ветками винограда.

В третью вазу положить конфеты.

В верхнюю вазу, которая должна быть глубокая, в виде широкого бокала, влить воды и поставить в нее букет цветов из белой или лиловой сирени, из ландышей, из разнообразных свежих цветов с висящими ветками и зелени, или, за неимением их, вставить букет из очень хороших искусственных цветов.

По обеим сторонам этой этажерки, вдоль стола, ставятся еще по одной, по две, или по три цветные вазы с цветами, одна ниже другой.

Если же обед дается при вечернем уже освещении, то по обеим сторонам этажерки ставятся канделябры со свечами или лампами, а затем уже по вазе с цветами, смотря по длине стола.

Перед каждым прибором, против тарелки, за рюмками, ставится также род вазочки или высокого стакана с букетом свежих цветов. Эти букеты ставятся или перед всеми, или только перед молодыми, если обед делается в честь их, или только перед именинницею, одним словом, перед теми, в честь кого дается обед.

Кругом стола расставляется плоских тарелок столько, сколько предполагается гостей, которых, по возможности, не следует стеснять, а полагать на каждого человека, по аршину пространства.

Под каждую тарелку кладется салфетка, сложенная ровным четвероугольником и проглаженная еще треугольником; один угол подкладывается под тарелку, а другой, с богатым вензелем, спускается со стола.

С левой стороны каждой тарелки ставятся маленькие тарелочки с хлебом: одним копеечным пеклеванником, одною копеечную франц. булочкою и ломтиком черного хлеба. На эту же тарелочку кладутся и подаваемые к супу пирожки.

С правой стороны тарелки кладутся нож, вилка и сверх их, наискось — ложка.

На больших обедах хрустальные или серебряные подставки под ножи не ставятся, потому что принято грязные ложки, вилки и ножи, после каждого кушанья, оставлять на тарелках, для смены их, так что на скатерть кладутся постоянно одни только чистые вещи.

Перед тарелкой ставятся, разной величины, рюмки, стаканы и бокал.

Если не на один, то на каждые два прибора ставится по маленькой хрустальной солоночке с мелкой солью или по двойной солоночке с солью и перцем.

В ширину стола, по обеим сторонам этажерки с фруктами, ставятся судочки со вставленными в них костяными, серебряными или вызолоченными фруктовыми ножичками, черешками вверх.

По обеим сторонам этих судков ставятся небольшие кувшины с водой, чем их больше, тем лучше, лишь бы были одной величины.

По середине стола, между вазами, ставятся, попарно, бутылки или кувшины с вином, как кто желает.

Последнее время ввели в моду все сладкие кушанья, даже мороженое, есть вилкой, а не ложкою, вероятно, это мода скоро прекратится, потому что она не только неудобна, но и вредна, заставляя многих любителей мороженого глотать его слишком холодным, потому что, когда слегка растает, то уже им ничего не достанется.

Близ дверей, откуда вносят кушанья, покрывается стол с чистыми тарелками и приборами, а также отдельный столик для пива, кваса, меда и разных вин.

Лакей должен быстро убирать тарелки с грязными ложками, ножами и вилками, заменяя их тотчас чистыми.

Подавать кушанья всегда с левой стороны, начиная с дам и кончая кавалерами.

Вина к столу подаются: шампанское замороженным, бургонское и лафит — подогретыми, а остальные — холодными.

Вина подогревают, ставя бутылки перед обедом в горячий

песок, а шампанское держат в металлических вазах со льдом.

Откупоривать надо ловко, без шума и не обливая брызгами сидящих.

После сладкого кушанья подают сыр, нарезанный тонкими ломтиками, а после него уже фрукты и конфеты.

Через? часа после десерта, когда встанут уже из-за стола, подается черный кофе без всякого печенья и запивается он крошечной рюмочкой маслообразного сладкого ликера.

Ну а теперь логично перейти к рецептам кушаний, которыми Е. Молоховец потчевала своих современников.

Селянка рыбная

Выдать: 3 ф. разной рыбы, 1/8 — 1/4 ф. масла, 1,5 ложки муки, 1 луковицу, 10 оливок, свежей или кислой капусты с? ф., 10 шампиньонов, 2 соленых огурца, лаврового листу, перцу, огуречного рассолу 1–2 ст.,?-1 ст. свежей сметаны или густых сливок.

Жидкая рыбная селянка приготовляется следующим образом: 1 луковицу мелко изрубить, поджарить в 2 ложках скоромного масла, всыпать 1,5 ложки муки, слегка поджарить, развести водой, положить сырой, на мелкие куски, нарезанной рыбы фунта три, как-то: осетрины, белужины и сига, всего по ровной части, прибавить лаврового листу, перцу, 10 оливок, 10 мелко нарезанных шампиньонов, 2 соленые огурца и немного свежей или кислой капусты, предварительно обданной кипятком. Вскипятить несколько раз, чтобы сварилась рыба, прибавить по вкусу огуречного рассолу, вскипятить, положить сметаны, посыпать зелени, подавать.

Суп из рыбы с солеными огурцами

Выдать: 3 ф. мелкой рыбы: ершей, пескарей и проч.,? ст. огуречного рассола, ложку муки,?-1 ст. сметаны, 5 соленых огурцов, листья петрушки, 5-10 зерен простого перца, 1–3 шт. лаврового листа.

Сварить бульон с кореньями и пряностями, немного соли и 3 фунтами мелкой рыбы, как, например, ершами, пескарями и пр.; рыбу разварить совершенно, процедить; влить в бульон? стакана огуречного рассола, вскипятить. Ложку муки развести понемногу холодной водой, растереть, чтобы не было комков, развести ухою, процедить, влить в общую уху мешая, прибавить? — 1 стакан свежей сметаны, ломтиками нарезанные, очищенные от кожицы огурцы, немного листьев петрушки, прокипятить, подавать. Вместо мелкой рыбы уху можно сварить из крупной, которую подать в супе, нарезав ее кусками, или подать ее отдельно на второе кушанье.

Суп-пюре из картофеля без мяса

Выдать:? морковки,? порея,? селлерея,? петрушки, (луковицу), 5-10 шт. зеленого английского перца, 1–2 шт. лаврового листа, 1–2 ложки чухонского масла,? французской булки,? гарн. картофеля,? ложки муки,?-1 ст. сметаны или? ст. сливок и 2 желтка, зелени.

Сварить бульон из кореньев, процедить, положить картофель и пол французской булки без корки,? ложки муки, растертой с ложкой масла, можно прибавить пол-луковицы поджаренной в масле, разварить, протереть сквозь сито. 2 желтка разбить с? стакана сливок, процедить, развести горячим бульоном, шибко мешая, перелить в общий бульон, подогреть до самого горячего состояния, посолить, подавать.

Вместо сливок и желтков можно положить сметаны или зелени.

Суп из разных свежих ягод со сметаной и вином

Выдать: 3 ф. ягод, 1 ст. сметаны, 1,5–2 ст. сахара кусками, 1 стакан вина.

6 стаканов перебранной земляники, малины, смородины или брусники протереть сквозь сито, всыпать? или? фунта сахара, влить стакан самой свежей сметаны, стакана вина, вскипяченной воды 3–4 стакана, размешать, подогреть, и не кипятить, подавать с сухариками.

Холодец из яблок

Выдать: 12 крупных яблок, корицы, лимонной цедр, ложку французского вина, 2 бут. красного вина, сок из лимона, ложку малинового или вишневого варенья,? до 1 фунта сахара, 3 яйца, 1 пятикопеечную булку.

Взять десять штук крупных яблок, очистить их от кожицы, вырезать сердцевину, сварить в трех стаканах воды, прибавив корицы, лимонной цедры, ложку французского вина и немного тертой булки. Когда яблоки разварятся, протереть их сквозь сито в суповую миску, процедить туда же воду, в которой варились яблоки, остудить, влить две бутылки красного вина, сок из одного лимона, ложку малинового или смородинного варенья для вкуса, с? фунтами мелкого сахара, размешать все вместе как можно лучше. Этот холодец подают иногда с клецками: 2–3 яблока очистить от кожицы, натереть на терке, влить ложку красного вина, немного толченой корицы, лимонной цедры с? стакана сахара, три яйца и столько черствой тертой булки, чтобы составилось довольно густое тесто, как обыкновенно на клецки. Отлить немного приготовленного холодного супу, вскипятить его, опустить в него чайною ложечкой клецки; когда они всплывут, отставить, остудить, слить в остальной холодный суп, подавать.

Фаршированная репная капуста

Выдать: 2–3 ф. кольраби,? ф. масла, жаркого или 2 почки, немного говяжьего жиру, или мозгов из костей, соли, немного перцу,? франц. белого хлеба, ложки 2 сметаны. (2 яйца, кто хочет).

Очистить, вымыть, срезать, сверху ломтик, выбрать осторожно середину, изрубить ее мелко, поджарить с ложкой масла, прибавить мелко изрубленного жаркого телятины или почек, немного говяжьего жира или мозгов из костей, натертую и в масле поджаренную булку, 2 рубленные яйца, соли, немного перцу, ложки 2 сметаны, смешать все вместе. Нафаршировать этим кольраби, накрыть срезанным ломтиком, обвязать ниточкой, уложить в кастрюлю одну при другой, налить бульоном или водой, сварить до мягкости. Перед отпуском снять нитки; подавая, облить соусом, в котором варилась.

Фаршмак из картофеля

Выдать: 2 шотл. селедки,? франц. булки,? ст. сметаны, 1,5 ложки масла, 3–4 зерна простого, 3–4 зерна англ. перца, 1 большое яблоко, 1 луковицу, 6–8 шт. картофеля, мускатного ореху, 2 яйца.

2 шотландские селедки вымочить в воде или лучше в молоке, снять кожицу, вынуть кости, добавить мелко изрубленную луковицу, поджаренную в ложке масла,? стакана сметаны, 2 яйца,? французской булки, намоченной и выжатой, 1 на терке натертое сырое яблоко, сваренного и растертого картофеля 1 полный стакан, простого и английского перцу, мускатного ореху, смешать, сложить в жестяную или серебряную кастрюльку, намазанную маслом и посыпанную сухарями, и в печь на? часа.

Подавать в той же кастрюльке.

Картофель под бешемелем

Выдать:? гарнца картофеля, 3/8 ф. масла,? ст. муки, бутылку молока, 2 яйца, зелени,? фунта сыра.

Картофель вымыть, отварить, очистить, нарезать ломтиками. Жестяную или серебряную кастрюльку вымазать маслом, положить ряд картофеля, сверху — кусочки масла, обсыпать тертым сыром, потом опять ряд картофеля, масло и сыр; залить бешемелем, т. е. 1/8 фунта масла размешать с? стакана муки, развести 2,5 стаканами молока, прокипятить несколько раз, посолить, вбить два яйца, положить, кто любит, зелени, залить картофель, поставить в печь, чтобы запекся.

Можно положить в картофель? фунта тонкими ломтиками нарезанной ветчины.

Клопе

Выдать 1,5 ф. мягкой говядины, 4 ложки мелко изрубленного луку, соли, перцу, лаврового листу,? ст. сметаны, ложку масла,? гарнца картофеля,? ф. хлеба или? ст. муки.

Кусок говядины от вырезки филейной части или от толстого края разрезать на 6–9 кусков, выбить деревянным пестиком, а потом тупой стороной ножа, посолить, оставить так часа на два. Дно кастрюли намазать маслом, положить лаврового листу, английского перцу, потом ломти говядины, пересыпая каждый кусок мелко изрубленным луком и мукою или черным, на терке натертым черствым хлебом, подлить ложки две воды, тушить под крышкой до готовности, потряхивая кастрюльку, чтобы не пригорело, и подливая бульон. Подавая, выложить на блюдо, огарнировать разварным картофелем. В соус положить с? стакана сметаны.

Жаркое гусь, фаршированный кашею

Выдать: гуся, соли, 1 морковь, 1 петрушку, 1 порей, 1 луковицу, 4–6 сушеных грибов, зеленой петрушки и укропу, 1 ложку масла, 1,25 ст. смоленских круп или 2 ст. гречневых, 1 яйцо,? ложки муки.

Молодого гуся очистить, натереть снаружи и внутри солью, вынуть осторожно хребтовую кость. Кости и прочие отрезанные части налить водой, положить кореньев, сушеных грибов. Когда бульон этот уварится, процедить его, грибы мелко изрубить, 2 стакана этого грибного бульона смешать с изрубленными грибами, ложкой масла и немного мелко изрубленной зеленой петрушкой и укропом, вскипятить, всыпать тотчас же, шибко мешая, смоленских круп, перетертых с одним яйцом и высушенных. Подержать эту кашу на большом огне минут 10; когда каша погустеет и уварится, размешать ее ложкой, чтобы не было комков, посолить, нафаршировать ею гуся, изжарить его в печи. В соус же положить муки, развести бульоном, вскипятить, снять лишний жир, облить гуся.

Или нафаршировать его крутой гречневой кашей, и в таком случае выдать гуся и 1 фунт, т. е. 2 1/8 стакана, гречневых круп и 4–6 грибков. Если гусь не жирен, прибавить масла, а если гусь очень жирен, то надо еще срезать с него лишний жир, который употребляется для жаренья пончиков и пр.

Щука с кислою капустою

Сполоснуть водой и сварить в воде до мягка 2 фунта шинкованной капусты (совсем густо); между тем очистить щуку, весом фунта 2–3, отделить мякоть от костей, обсыпать немного мелкой солью, разрезать на небольшие куски, обвалять в яйце и сухарях или муке и немного обжарить в 1 ложке масла; вымазать потом форму или глубокое глиняное блюдо маслом, наложить слой капусты, положить несколько кусочков масла, натереть немного сыра, затем слой кусочков жареной щуки, облить сверху сметаной, а на нее — снова капусту, масло, сыр, щуку, сметаны и так далее до конца; на самом верху должен быть слой капусты, покрытый кусочками масла и тертым сыром, обсыпанный сухарями; разложив все таким образом, ставят на час в печь. Масла всего 2–3 ложки, 3–4 сухаря, стакан сметаны,?-? фунта сыру, 2 фунта капусты, 2 яйца.

Карп, вареный по-жидовски

Выдать: 4 ф. карпа, 1 ст. пива, бутылку уксуса, перцу, гвоздики,? ст. толченых сухарей,? ст. коринки, порошка лимонной цедры с 1/3 чайной ложечки.

Очищенного карпа, от 4–5 фунтов, нарезать кусками, положить в глубокое блюдо, обсыпать солью и перцем, наложить немного гвоздики и налить уксуса столько, чтобы рыба была почти покрыта, почаще поворачивая, дать полежать с? часа; потом распустить в кастрюльке 1 ложку масла, прибавить 1 стакан пива, положить рыбу с уксусом, в котором она мокла и Уз чашки толченых сухарей, закрыть и варить до готовности; перед отпуском, рыбу положить на блюдо, а в соус прибавить 1 горсть хорошо вымытой коринки и? чайной ложки натертой цедры лимона, дать прокипеть и облить рыбу.

Рыбное блюдо необыкновенно вкусное, в особенности из стерляди с белым столовым вином

Выдать: 3–4 ф. рыбы, вина с? — 1 бут., 1/8 ф. масла, 1 лимон.

Взять 3–4 фунта рыбы, предпочтительно стерляди, вымыть ее хорошенько, вытереть досуха полотенцем, нарезать ее на куски, положить в кастрюльку, налить на рыбу белого столового вина все равно какого, только не крепкого, столько, чтобы покрыло рыбу до половины, положить чухонского самого свежего масла 1/8 фунта и целый лимон, разрезанный на куски, как режут яблоки, вынув зерна, накрыть кастрюльку крышкой, зажечь под нею спирт и через? часа это прекрасное кушанье готово. Таким образом приготовляется осетрина, белужина, судак и пр. рыбы, у которых мало костей.

Котлеты из селедки

Выдать: 4–5 прост, или голланд. селедок, 1 фр. белый хлеб, 2 яйца, 3–4 луковицы, 2 ложки масла, прибавить к срезанной корке 2–3 сухаря.

Селедки вымочить, вынуть кости, мелко изрубить, положить 1–3 мелко изрубленные и в? ложке масла поджаренные луковицы, 1 французск. булку, намоченную и выжатую или 12 шт. сваренного картофеля, 2 яйца, 2–3 ложки сметаны, перцу, немного сливочного масла, размешать, сделать котлеты, обвалять в яйце и сухарях, поджарить в масле.

Вместо булки и картофеля можно класть вареную мелко изрубленную говядину.

Дрожжевое тесто подходящее в холодной воде

Выдать: 2 ф. муки,? ф. масла, 6 яиц, 3 зол. или на 1 коп. сухих дрожжей, ст. 2 молока (? ст. сахара).

3 золотника (125 г) сухих дрожжей развести с вечера теплой водой, всыпать 2 чайные ложки муки, чтобы было всего 1 стакан, поставить на ночь, пусть поднимутся; на другой день утром взять этот стакан самых жидких дрожжей, 1 стакан молока,? фунта растопленного масла, долить молоком так, чтобы было всего 1 стакан, всыпать 2 фунта муки, положить 5 крупных яиц, т. е., стакан яиц, всыпать соли ложку, все это выбить как можно лучше, выбивая тесто с час времени, переложить в салфетку, перевязать так, чтобы тесто имело место вдвое подняться, опустить салфетку с тестом в кадку холодной воды.

Когда тесто всплывет через несколько часов наверх, выбить его; из половины теста, сделать пирог, нафаршировать, дать на листе подняться, смазать яйцом, посыпать сухарями и в печь на? — 1 час.

Превосходное дрожжевое тесто для пирога

С вечера взять 2 стакана самой холодной воды, 3 золотника сухих дрожжей,? фунта русского масла до бела растертого, 1 яйцо, ложку соли и слишком 2 фунта муки, растворить и замесить, поставить на стол, накрыть салфеткой. Когда поднимется, сделать пирог.

Картофельный пирог

На 2 фунта протертого сквозь сито картофеля положить 1 фунт муки, 3 ложки дрожжей, 4 цельных яйца и одну чашку распущенного чухонского масла, смешать все вместе хорошенько, раскатать, сделать 2 лепешки, положить одну на сковороду, на нее — мясной фарш, а другою накрыть сверху, поставить в печь.

Русская кулебяка с рыбою

Выдать на 6 человек на тесто: *1,5 ф. муки, 1 ст. молока, 3/8 ф. масла, 3 желтка, 2 зол. сухих дрожжей.*

На фарш: *1,5 ф. судака, 1 луковица, 1 ф. осетр,? ф. семги, 1,25 ст. Смоленск, круп, 1 яйцо,? ф. масла, укропу.*

Приготовить тесто: на 1,5 фунта муки положить 3/8 фунта чухонского масла, 3 желтка, 1 чашку молока, 1 ложку хороших дрожжей,? чайной ложки соли. Растворить сначала тесто, как обыкновенно, на молоке с дрожжами; когда поднимется, положить масло, яйца, соль, остальную муку и дать опять подняться. Тогда приготовить начинку: нарезать 1,5 фунта судака, выбрать кости; нарезанные куски поджарить в кастрюле, в ложке масла с 1 изрубленной луковицей, свежим изрубленным или сушеным укропом, изрубить все вместе с рыбой. Взять 1,25 стакана смоленской крупы, перетереть ее с 1 яйцом, высушить, протереть сквозь решето. Вскипятить 1,25 стакана воды с? фунта масла, когда закипит всыпать крупу, шибко мешая, посолить, поставить ненадолго в печь, чтобы слегка подрумянилась; тогда перемешать ее как можно лучше с рыбным фаршем. Заранее приготовить 1 фунт осетрины, которую нарезать пластинками и? фунта семги. Сделать длинную или круглую кулебяку, на середину положить половину фарша с кашей, на нее — нарезанную осетрину и семгу, сверху — остальную кашу с фаршем, защипать и дать? часа подняться; смазать яйцом и посадить в печь. Это настоящая русская кулебяка.

Картофельный паштет с мясом

Выдать: 3 ф. говядины, полную глубокую тарелку сырого картофеля, 2–3 луковицы, 3–5 шт. гвоздики, 3/8 ф. масла, 6–8 сухарей, французскую булку, 3 яйца, 1 ст. молока, ложку сыра.

Нарезать 3 фунта мягкой говядины на тоненькие кусочки, выбить их деревянным пестиком как можно лучше. Отваренный в соленой воде картофель нарезать тонкими ломтиками; взять глубокое блюдо, намазать дно маслом, осыпать сухарями, положить на дно шинкованного луку, потом — ряд ломтиков говядины, на которую посыпать соли, перцу и толченой гвоздики, опять луку, потом ряд вдвое толще ломтиков картофеля, на который положить кусочками масло, потом опять говядину, лук, перец, соль и гвоздику, и так, пока не уложится все, потом взять французскую булку, размоченную в молоке, размять ее как тесто, вбить 3 яйца, немного соли, и покрыть ею все блюдо, смазать маслом, обсыпать сухарями с сыром и запечь в довольно горячей печке.

Суфле лимонное

Выдать: 7 яиц,? ф. сахара, цедры лимонной или корицы, 1/8 ст. кар-тоф. муки, 1–1,5 ст. варенья.

7 желтков растереть добела с 1 стаканом мелкого сахара, положить лимонной цедры или 5 капель лимонного масла и 7 взбитых желтков, подсыпать 1/8 стакана картофельной или маисовой муки, размешать, переложить на глубокое блюдо, на дно которого можно положить 1–1,5 стакана варенья, вставить в печь минут на 10; подавать на том же самом блюде.

Вафли превосходные

Выдать:? ст. масла,? ст. сливок, 5 яиц,? ст. муки, 6 чайных ложек сахара.

Взять? стакана растопленного свежего масла, слегка теплого, 5 желтков, 6 чайных ложечек мелкого сахара, тереть все вместе, пока не побелеет; тогда влить? стакана сливок, размешать хорошенько, всыпать? стакана крупчатой муки, размешать до гладкости и, когда надо начинать печь вафли, то положить в тесто 5 взбитых белков, размешать, но не разбалтывать белков.

Драчена

1/8 фунта масла растереть добела, смешать с 3–6 яйцами, всыпать 2 стакана муки, развести 2 стаканами молока, размешать до гладкости; распустить на сковородке ложку масла, разогреть до горячего состояния, влить приготовленную массу, вставить в горячую печь на 20–30 мин, когда драчена испечется и подрумянится, тотчас подавать ее, осыпав сахаром. Белки можно сбить в пену.

Другая пропорция: 10 яиц разбить добела, всыпать 1,5 стакана муки, размешать, подливая понемногу 1 стакан сливок, выбивать тесто с полчаса. Распустить на сковороде ложку масла, влить приготовленную массу, ставить в печь минут на 20.

Торт рассыпчатый

Выдать на 6 человек:? ф. масла, 8 ст. муки,? ст. сахара, цедры лимонной или горького миндаля, 1 рюмку рома, 1 ложку сметаны (1 яйцо).

? фунта масла, 1 фунт муки, 1 ложку рома, 1 яйцо, 1 ложку сметаны,? стакана сахара, лимонной цедры или штук 12 горького миндаля, вымесить хорошенько, раскатать на столе, переложить на сковороду, обложить рантом из теста, смазать яйцом, испечь, а потом уже покрыть ягодами, яблоками или вареньем и сверху — сбитыми сливками.

Торт из вишен

Выдать на 6 человек:? ф. масла,? ф. сахара, т. е.? ст., 4 яйца, 1 желток,? ф., т. е.? ст. миндаля,? ф. сухарей или булки, 1 ст. или более вишен без сока, 1–2 ложки масла, 2–3 сухаря.

? фунта несоленого масла растереть добела, всыпать? фунта мелкого сахара, вбить 2 желтка, 8 яиц и? фунта мелкого изрубленного миндаля.

Мешать все это до гладкости в продолжение? часа, потом положить мелко изрубленную цедру с 1 лимона, ложечку корицы,? фунта истолченных и просеянных сухарей или? фунта французской булки, намоченной в молоке и выжатой, и, наконец, стакан или более вишен (варенья) без сока. Размешать все это, вымазать тортовую форму маслом, осыпать сухарями, наполнить приготовленною массою, вставить в печь.

Кулич

Выдать: 5 ф. муки, 1 ст. молока,? ст. дрожжей, 10 желтков, 5 яиц, 1 ф. масла, 2–3 чашки сахара, 1 ложка соли,? ложка кардамона или шафр. с? зол., 1 ст. изюма, 1 ст. миндаля, 2 яйца смазать тесто.

6 фунтов муки, 5 стаканов молока,? стакана хороших дрожжей, растворить, согрев предварительно молоко до теплоты парного или немного теплее; когда растворенное тесто поднимется, замесить его, положить 10 желтков, 5 яиц цельных, масла чухонского распущенного 1 фунт, сахару 2–3 чайные чашки, соли 1 чайную ложку, кардамону, мелко истолченного? чайной ложечки, 10 капель лимонного масла или лот ванильных капель, или 10 капель розового масла, изюму и миндалю по одному стакану, из которых оставить часть на украшение, все вместе замесить и дать подняться; тесто должно быть довольно густо, чтобы совершенно не приставало к столу; когда тесто хорошо поднимется, то начать разваливать его и в то же время затопить печь; сделав куличи, оставить их подняться в теплом месте, пока печь не будет совершенно готова; никак не нужно спешить сажать куличи, пока они не поднимутся, что бывает иногда довольно долго, так как тесто густое трудно поднимается; пред тем как сажать в печь, украсить изюмом, цельным и шинкованным миндалем, смазав разбитым яйцом с молоком. Эти куличи почти всем нравятся, тесто совершенно непохоже на булочное. Точно таким же манером делается и кулич с шафраном, но тогда не нужно класть кардамону, а на эту пропорцию положить? чайной ложки растертого в порошок шафрана, который предварительно высушить на очень теплой печи, завернув его хорошенько в бумагу, чтобы не выдохся и растереть с маслом. Шафрану можно прибавить и убавить по вкусу.

Сухари, которые долго не черствеют

Взять стакана 2 муки, 10 белков, вполовину сбитых, дрожжей самых лучших, все это смешать, дать подняться. Потом всыпать еще стакана 4 муки, влить 1,5 стакана кипящего молока, мешать, подсыпая понемногу остальную муку; положить тогда 10 желтков, разбитых с? стакана сахара, а когда тесто будет отставать от рук, влить 1,5 стакана растопленного горячего масла, вымесить хорошенько, дать подняться вторично; потом делать булочки и вставить в печь ненадолго, разрезать, высушить.

Выдать, следовательно, всего 1 гарнец, т. е. фунтов 5 муки, 10 яиц,? или? стакана дрожжей, 1,5 стакана молока,? стакана сахара, 1,5 стакана масла.

Пирожное на скорую руку

3/8 фунта масла растереть добела, вбить 2 яйца,? ст. сахара, цедру и сок из? лимона,? фунта, т. е. 1,5 ст. муки. Все это размешать как можно лучше, намазать на бумагу, намазанную маслом и положенную на железный лист, вставить в печь; когда вполовину будет готово, нарезать острым ножом квадратиками и опять в печь; или замесить тесто погуще, раскатать, нарезать разными фигурками и тогда вставить в печь.

Пасха обыкновенная

Для средней величины формы взять 7–8 фунтов свежего творогу, положить его на сутки под пресс, потом протереть сквозь решето, положить в него сметаны самой свежей 1 стакан,? фунта самого свежего сливочного масла, 2 чайные ложки соли, с? стакана и даже более по вкусу сахару, перемешать все как можно лучше, чтобы не было ни одного комка, сложить в деревянную форму, обложенную внутри чистой тонкой салфеткой, наложить сверху дощечку и тяжелый камень, через сутки выложить осторожно на блюдо.

Пасха царская

5 фунтов свежего, протертого через сито творога, 10 сырых яиц, 1 фунт самого свежего сливочного несоленого масла, 2 фунта самой свежей сметаны, сложить все в кастрюльку, поставить на плиту, мешая постоянно деревянной лопаточкой, чтобы не пригорело; как только творог дойдет до кипения, т. е. покажется хоть один пузырек, то сейчас же снять с огня, поставить на лед и мешать, пока не остынет совершенно. Тогда положить от 1 до 2 фунтов сахара, толченого с одною палочкою ванили, толченого очищенного сладкого миндаля? стакана,? стакана коринки, размешать все хорошенько, сложить в большую форму, выложенную салфеткой и положить под пресс.

Наливка скороспелая

Положить полный муравленый горшок ягод, а именно: вишен, черной смородины или малины, налить на ягоды хорошей очищенной водки, обвязать сахарной бумагой, которую проколоть в нескольких местах прутком или вилкой; когда ржаные хлеба вынуты из печки, поставить в нее этот горшок и оставить его в печи до тех пор, пока ягоды совершенно упреют, что можно видеть по их совсем бурому цвету и когда вишни сделаются так мягки, что косточки при малейшем давлении будут отставать, тогда ягоды выложить на решето, дать соку стечь в миску, но ягод на решете никак не раздавливать, а только осторожно стряхивать решето; тогда стекший сок подсластить, кто как любит, от? до? фунта сахара на бутылку. Наливка эта может быть готова в одни сутки. Ягоды, которые останутся на решете, можно налить водой и перегнать в кубике, тогда эта вода годится для уксуса, в который в таком случае не нужно уже лить водки.

Наливка рябиновая

Набрать самой зрелой рябины, испечь ее так, чтобы она была только мягка, но не суха, а главное, чтобы никак не пригорела, тогда насыпать этой рябины 2/3 бутыли, долить полную хорошей, очищенной водкой. Наливка эта должна стоять, пока не сделается темно-янтарного цвета, тогда слить и подсластить, полагая от? до 1 фунта сахара на бутылку.

Шиповка или домашнее шампанское

35 бутылок воды и 5 фунтов сахара подогреть как можно более, но не дать вскипеть, перелить в кадочку; когда вареная вода остынет до температуры парного молока, влить в нее полбутылки дрожжей, когда начнет бродить, то час спустя положить в каждую бутылку, в которую будет вливаться эта вода, по куску сахара и по две капли лимонного масла; тогда разлить воду по бутылкам, закупорить хорошенько, засмолить и поставить в погреб; через три недели посмотреть: если питье это начинает пениться как шампанское, то и можно употреблять.

Конфеты из клюквы

На 1 белок положить 1 чашку мелкого лучшего сахара, тереть деревянною ложкою добела, положить полную десертную ложку лимонного сока и мешать ложкою, пока не погустеет так, чтобы глазурь эта держалась в массе; тогда обвалять осторожно каждую ягодку в эту глазурь, сложить на блюдо, смазанное воском или самым свежим несоленым сливочным маслом, дать ягодам обсохнуть, сложить в банки, но долго держать их нельзя.

Капуста со свеклою

Выбрать самые крепкие и небольшие кочаны, очистить их от всех, даже чуть зеленоватых, листьев, разрезать каждый кочан пополам, уложить в кадку, как можно плотнее, разрезанной стороною вниз. Потом начистить кочерыг, нарезать их кружками и ровно столько же сырой свеклы, также нарезанной кружками или кусочками, наложить половину медного луженого котла, долить его полный водой и кипятить, пока эти овощи не выварятся и не сделаются очень мягки; тогда процедить, рассол посолить так, чтобы было слишком солено на вкус, если бы его пить, и, когда он будет сильно кипеть, облить им уложенные в кадку кочаны капусты так, чтобы рассол покрыл капусту; тогда поставить капусту в погреб; если рассолу окажется мало, то добавить еще приготовленного точно таким же манером, но обливать не кипятком, а уже остывшим.

Свежие огурцы зимою

Набрать зеленых, не перезрелых огурцов, самых твердых, одним словом, самых лучших, но не иначе как когда уж начнутся холодные ночи; очистить их от кожицы, нарезать ломтиками, как на салат, только, чтобы кружки были несколько потолще; тогда складывать эти огурцы в небольшие банки, пересыпая каждый ряд слоем соли так, чтобы слои соли были бы немного тоньше слоев резанных огурцов; как нижний слой в банке, так и верхний должен быть без соли. Обвязать банки пузырями, поставить на лед до морозов. Зимой, перед употреблением огурцов, намочить их в холодной воде, приправить их тогда, как обыкновенно с прованским маслом, уксусом, положив, кто любит немного сахара, перца и т. д.

«ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ПИТАНИЯ» Д.В. КАНШИНА

Безусловно, в любой области знаний, накопленных человечеством, есть фундаментальные труды, из которых словно из благодатной почвы вырастают ответвления новых направлений деятельности людей. Без малейшего преувеличения таким трудом в области науки о питании можно назвать вышедшую в 1885 году в России книгу, название которой как нельзя лучше отражает ее содержание. Речь идет об «Энциклопедии питания» Дмитрия Васильевича Каншина. Книга эта не имеет аналогов среди литературы по питанию, издаваемой до нее и после. По существу она явилась фундаментом создания научных основ приготовления пищи, организации массового питания населения, экономики питания, культуры потребления продуктов и т. д. Трудно даже перечислить все направления в области науки о питании, которых коснулся Д.В. Каншин в этом замечательном труде.

Однако прежде чем рассказать о самой книге, буквально несколько слов о том, какими путями автор шел к ее созданию.

В своей брошюре «О нормальных столовых» (1891 г.) Д.В. Каншин пишет: «У нас, мальчиков еще, было убеждение, что кто больше ест черного хлеба, тот будет сильнее. Когда мы окончили курс в Царскосельском лицее, то была иная мода: находили, что все дело в том, чтобы есть как можно больше мяса. Следуя этой моде с моими товарищами, мы дружно старались есть как можно больше мяса и масла. И действительно, нам случалось втроем одолевать ростбифы до 15 фунтов весом. Результатом такого питания было то, что у меня открылась, в далеко не старые еще годы, подагра, которая так меня мучила, что нередко заставляла пролеживать в постели по месяцу и более».

Пытаясь избавиться от этого недуга, Каншин обратился за советом к лучшим профессорам Парижской медицинской академии, среди которых он имел хороших знакомых и друзей. «Они откровенно сказали мне, — продолжает свой рассказ Дмитрий Васильевич, — что наука в лечении моей болезни бессильна, что лечения подагры никакого нет, лечат чуть ли не на сто манер, но обыкновенно во время припадка, для временного ослабления страданий от подагры, дают только болеутоляющие средства». Не удовлетворившись этим безрадостным ответом, Каншин сам занялся поисками методов и средств лечения от своего недуга. Перечитав гору книг по медицине, он пришел к

заключению, что подагра есть результат неправильного питания. Именно этот вывод заставил его вплотную заняться изучением последних достижений в области науки о питании. Человек увлеченный, знающий несколько европейских языков, он включил в свои исследования самые разные аспекты, связанные с питанием — химию, физиологию и др. Фойт, Бигиоф, Петтенкофер, Ранке — труды этих и многих других авторов стали для Каншина теми ступеньками, по которым он шел к своему исцелению. Разработав себе программу питания и меню, предусматривающее белковое голодание, он строго следовал им.

Постепенно болезнь отступила, но осталась страсть к изучению вопросов питания, которая и воплотилась со временем в обширнейший труд «Энциклопедию питания». Впечатляет даже объем книги — 80 печатных листов. В предисловии к ней автор писал: «Для нас настоящее сочинение есть далеко не удовлетворение авторского самолюбия; мы даже вперед знаем, что труд этот будет нещадно критикуем всеми и каждым, потому что кто же не судья в вопросах о питании, которые он разрешил собственным опытом? Но тем не менее, надежда, что кто-нибудь, прочтя этот труд, избежит тех ошибок питания, которые он делал до сих пор, что кто-нибудь особенно из небогатого класса найдет возможность насколько-нибудь удешевить свое питание без малейшего ущерба своему здоровью, и что кто-нибудь откликнется и станет делать свои вклады в энциклопедию питания — все это поддерживает нашу решимость положить первый камень энциклопедии питания».

К счастью, такая скромная оценка автором своего труда не оправдалась. Публикация «Энциклопедии…» вызвала настоящий взрыв интереса самых широких слоев населения страны и особенно интеллигенции к вопросам питания. Выход книги приветствовало «Общество охранения народного здоровья», научная общественность.

Да иначе и быть не могло, ведь Каншину удалось решить не только многие теоретические и практические вопросы питания, но, и это пожалуй главное, определить основные направления развития науки о питании, многие из которых являются программными и по сей день.

Для того, чтобы иметь более полное представление о содержании «Энциклопедии питания», приведем хотя бы оглавление этого труда:

Выпуск 1
Глава 1. Физиология питания
Глава II. Припасоведение

Глава III. Химический состав припасов
Глава IV. Экономия питания
Выпуск II
Глава V. Юриспруденция питания
Глава VI. Качество припасов и выбор их
Глава VII. Диеты питания
Глава VIII. Кулинарная химия и физика
Глава IX. Эстетика питания
Глава X. Разные вопросы питания
Глава XI. Академия питания

Каждая из этих глав — это законченное исследование и вместе с тем призыв к исследованию, новое слово в области науки о питании. Жаль, что книга эта не переиздавалась и наши современники практически не знакомы с ней, а ведь специалисты самых разных областей знания могли бы прочитать в ней много полезного.

Взять хотя бы последнюю главу книги, которая названа «Академия питания». Обосновывая необходимость такой академии, Каншин писал: «…необходима Академия не гастрономов, а Академия ученых, собрание людей науки, которых мы желали бы видеть скорее слабыми в гастрономических познаниях, но сильными в своей специальности, сильными знаниями, которые бы они приложили к нашему питанию и через это вывели бы весь род человеческий из того невежества, в котором он находится по самому важному своему органическому и экономическому отправлению».

По существу именно в этой работе Каншин в деталях разработал основные направления деятельности нынешнего Института питания АМН СССР. Правда, многое из того, что он предлагал еще 100 лет назад, и по сей день остается в виде проектов.

«Надеюсь, что в будущей Академии питания, — писал Каншин, — будут особые отделы и комитеты по каждому из затрагиваемых нами предметов, мы перечислили их возможно короче: 1) Пищевой календарь, 2) Механика питания, 3) Статистика питания, 4) Религиозные понятия о питании, 5) Философия питания, 6) История питания, 7) Изящные искусства и питание, 8) Военное, тюремное и общественное питание (именно в этой книге впервые применен термин «общественное питание» — авт.), 9) Литература, терминология и библиография, 10) География питания».

Согласитесь, что каждый из перечисленных «предметов» чрезвычайно интересен, но, к сожалению, и сегодня мало изучен.

Например, «Пищевой календарь». Нам никогда не доводилось видеть подобного издания на полке книжного магазина. Необходимость же его очевидна, ибо такая книга — лучший пропагандист рационального питания. Каншин считал, что в этом календаре должны быть приведены меню «для каждой местности, для каждого времени года». Он очень правильно подмечал, что: «… каждый месяц, почти каждая неделя имеют продукты и припасы, которые в это именно время бывают лучше, чем в остальное время года. Под словом «лучше» мы понимаем, что фрукты, зелень, мясо и пр. имеют в известный период наилучший вкус, что в них всего более аромата, жира, сока, одним словом, что в них в известное время получается наибольшая сумма как питательных веществ, так и удовольствия… Для составления пищевого календаря нужно потолкаться порядочно на рынках данной местности и тогда только календарь будет составлен дельно и знающей личностью, и не будет плодом фантазии, как теперешние календари».

Что же, надеемся, что когда-нибудь такой календарь будет написан и станет настольной книгой буквально каждой семьи, каждой столовой и ресторана.

Философия, история, география питания — это те вопросы, которые требуют самого глубокого изучения, если мы не хотим превратить науку о питании в исключительно медицинскую дисциплину, не имеющую социальной направленности. Попытки исследовать влияние пищи на дух человека предпринимал уже Пифагор. Кстати, он был одним из первых вегетарианцев по убеждению, а не по недостатку пищи.

Пожалуй, наиболее разработанной областью из тех, о которых упоминал Каншин, является «механика питания», те физиологические и химические процессы, которые происходят в организме при поступлении в него пищи. Сегодня благодаря Институту питания Академии медицинских наук СССР, достаточно основательно и глубоко разработана теория рационального питания.

Однако вернемся к Каншину и его замечательной книге. Для того, чтобы написать «Энциклопедию…» ему пришлось проделать колоссальную работу, на которую ушла вся его жизнь. Тем не менее, он скромно замечал: «Считая себя, так сказать, пионерами энциклопедии питания, мы… оговариваемся, что принятое нами деление ее на главы или отделы далеко не окончательно. Оно должно быть обсуждено собраниями и авторитетами, стоящими далеко выше нас. Мы затронули те стороны вопроса питания, которые нам казались важными, отдавая произведение наше на суд публики, мы заранее пожертвовали своим самолюбием; не в

нем дело, а в том, чтобы настоящий труд вызвал на свет божий все, что у кого хранится под спудом, чтобы настоящая книжка вызвала горячую полемику и тогда нет сомнения, что выработаются великие истины, прольется свет на вопросы питания. Если светом этим воспользуются неимущие, малоимущие или больные, если он несколько улучшит их настоящее положение, то труд наш будет так вознагражден, как мы и во сне не смели мечтать».

Сказано это было не ради красного словца. Много времени и сил Каншин отдал улучшению народного питания. В частности, им был задуман и осуществлен диковинный по тем временам проект по открытию в Петербурге дешевой столовой с правильным и здоровым питанием. При осуществлении этого проекта Каншин не брезговал вроде бы не приличествующими для его дворянского происхождения занятиями (например, работой на кухне), проявил завидные выдержку и упорство. Вот что он сам писал об этом: «Выбрав из различных родов провизии ту, которая могла бы по цене подходить для того, чтобы устроить дешевое питание, я начал комбинировать из нее различные меню. Я ездил по всему свету, во всех лучших ресторанах шатался, и грешен может быть излишним пристрастием к вопросам кулинарии. Составить меню мне было легко, но для вычисления пищевого значения этих меню и для того, чтобы они имели близко подходящее норме пищевое значение, пришлось вычислениями перемарать не одну десть бумаги. Наконец эта кропотливая работа была окончена… Затем я перешел от теории к работе практической, к осуществлению меню на деле. И вот в моей холостяцкой квартирке, в маленькой кухоньке, я пригласил себе в сотрудницы одну барыньку… и стал делать опыты изготовления дешевых и здоровых обедов. Каждый рецепт изготовленного блюда был мною записан и проверен». Меню разрабатывалось с учетом разнообразия блюд. Разработанные для вновь открываемой столовой меню были одобрены комиссией «Общества охранения народного здоровья». И вот свершилось — 25 марта 1888 года была открыта первая нормальная столовая, положившая фактически начало общественному питанию в России. Характеризуя свое детище, Каншин писал: «Это — первое учреждение, подобного которому нет в мире». Отвечая на вопрос, почему он свою столовую назвал «нормальною», Каншин отвечал: «Потому что в ней принята та норма питания, которая выработана мюнхенскими учеными. Мюнхенская школа выяснила, сколько требуется для правильного питания белковых веществ, сколько жиров, сколько крахмала и т. д.» Кстати, по свидетельству самого Каншина, нормы питания, установленные Мюнхенской школой,

«блистательно подтвердились в нормальной столовой».

О причинах, побудивших Каншина к открытию нормальных столовых, он писал следующее: «Общество охранения народного здоровья» обратило внимание на массу катаров и других болезней, которыми страдало множество молодежи в Петербурге. Из собранных справок оказалось, что большинство молодежи обедало в греческих кухмистерских». Далее Д.В. Каншин дает характеристику этих кухмистерских. Надо признаться, что равнодушно эту характеристику читать невозможно. «Что это такое эти кухмистерские — трудно объяснить, — писал Каншин. — «Чем в них кормят? Это — мясо, которое за негодностью выбрасывалось, затем опять бралось, дезинфекцировалось, приправлялось и подавалось на стол. Я знаю это из практики. Мне приходилось выбрасывать жареную испорченную курицу, и я видел, что ее подбирают. «Для чего?» — спрашиваю. — «В кухмистерскую. Мы ее пообчистим, испорченный бок хорошенько поджарим, все приправим и подадим. Ничего не разберут». В этих кухмистерских изжарено и сварено все для обеда в 10–11 часов утра и затем все держат до конца обеда, в 7–8 часов вечера, в духовом шкафу!! Понятно, что все засохнет. Далее, вчерашние остатки подогреваются и, получается не совсем благонадежная для здоровья пища… Далее. Во всех заведениях общественного питания принято в квас класть все объедки хлеба, которые снимаются со стола, это — правило, принятое во всей России… Затем из этих хлебных объедков во многих кухмистерских делается так называемое сухарное, т. е. тертые сухари для жаркого… Вам может быть неизвестно, что такое кашное сало? Все, что снимается со всех тарелок, кладется в кастрюлю и из этого вываривается жир. Это жир идет в кашу и называется кашным салом. Затем все выварки из такой кастрюли рубятся и из них делается начинка для пирожков. Затем… нет конца всем ухищрениям, которые проделываются в кухмистерских».

Да, уж, что и говорить, надо было быть Каншиным, чтобы отважиться не только разглядеть через эти кухмистерские «нормальные столовые», но и взяться за практическое воплощение их в жизнь.

Но выйдем из кухмистерской и полистаем «Энциклопедию питания» и другие публикации Каншина. Помимо сугубо научной информации на их страницах рассыпаны самые разные сведения и забавные истории, связанные с пищей и питанием. Современники, оценивая книгу Каншина, по этому поводу писали: «Автор изложил свою энциклопедию так популярно и понятно, что все главы ее читаются также легко, как самый

интересный роман. Перо автора не лишено некоторой игривости, острот, но все это не выходит из предела приличий и не вступает в среду цинизма». Думаем, что читателю будет небезынтересно познакомиться хотя бы с некоторыми заметками Дмитрия Васильевича не лишенными «некоторой игривости и острот». Тем более, что современная, даже популярная, не говоря уже о научной литературе в области питания, не балует нас такими «отступлениями».

Мы специально не ставили перед собой целью как-то систематизировать эти выписки, полагая, что их серпантин читать гораздо интереснее.

Повар — тот же врач

Настоящий повар, артист, должен не только знать гигиену и диететику питания, но и быть до известной степени химиком и знать, какие припасы и приправы с какими могут быть смешиваемы и какое взаимодействие они могут производить, а равно как какая смесь действует на пищеварение и на питание.

Для прописывания лекарства врачу дается диплом, правда, врач прописывает сильнодействующие средства, но зато в микроскопических дозах и еще вопрос, не более ли сильное влияние на здоровье имеет рецепт кухарки, по которому вводится в организм не гран, а многие фунты.

* * *

По невежеству не только наш брат, заурядный человек, подчиняется кухарке, но и принцы науки, знаменитейшие доктора тоже столь же невежественны, как и мы; даже и они подчиняются неграмотной кухарке.

Это очевидный абсурд и мы не видим, почему бы не подвергать экзамену кухарку, всякого повара и почему бы не выдавать им особых дипломов, за неимением которых всякое приготовление пищи было бы воспрещено.

Существует же какой-либо минимум познаний, потребных для здорового приготовления кушаний и не имеющие этого минимума не должны иметь права готовить кушанья.

Несчастье наше

Несчастье наше состоит в том, что мы руководствуемся при питании аппетитом, который до того извращен нашим воспитанием и привычками, что вводит нас в грубые ошибки.

Стальной желудок «железного канцлера»

Какой желудок нужен, чтобы переваривать печеные, а еще хуже того, переперченные яйца. Это камень… А Бисмарк на завтрак в виде закуски съедал до 20 сваренных вкрутую яиц, а затем начинал завтракать. У «железного канцлера» желудок был, видимо, стальной.

* * *

Каншин считал, что всякий из нас должен быть крайне внимательным к своему желудку и изучать его потребности, как относительно количества, так и качества пищи, дабы затем сообщить призванному врачу готовые результаты.

Ранец из жира

Одни копят излишек денег и мучаются хлопотами о их сбережении, другие настолько же запасаются жирами и мучаются вечным ношением этого бремени со своим телом при всяком движении, и эту последнюю муку мы легко поймем, если попробуем целый день ходить с солдатским ранцем или без него; да еще ранец и далеко легче излишнего жира в некоторых случаях.

* * *

Самым распространенным пороком питания Каншин считал переедание. Он писал: «Все мы грешим всего более избытком питания. Принимать пищи больше, чем нужно и в то же время вырабатывать из нее менее, чем нужно — это явное противоречие, объяснимое только тем, что мы не знаем, что нам есть и сколько».

Каншин считал, что род питания, система питания, или как ее называют «диета», большею частью лечит больного гораздо более всяких лекарств.

Об огурцах

Огурцы были самым распространенным у нас овощем. В простонародье Первый Спас, 1 августа, назывался огуречным, потому что к этому дню огурцы везде поспевали и становились общенародным кушаньем. Как полагал Д.В. аншин, усвояемость огурца улучшается, если есть его очищенным от наружной оболочки, которая содержит все эфирные масла, дающие огуречный запах, так щекочущий наши обоняние и вкус особенно весной. Обрезанная с огурца оболочка варится, а затем протирается и получается великолепный суп-пюре.

О тыкве

В Париже раннею весною едят молодые тыквы чищенными, когда они только что завязались и величиною с обыкновенную грушу; такие тыквы имеют зеленую поверхность и белое мясо.

О дыне

Мы считаем столь же громадною ошибкою есть дыню за десертом, как есть ананас со щами. «Дыня очень холодна для желудка и потому требует, чтобы вместе с нею пили крепкое вино или водку и приправляли ее большим количеством перца и соли, тогда она легче переваривается.»

Для дыни особенно важна спелость: кушайте ее 12 часов ранее, она жестка, не вкусна и суха, кушайте ее 12 часов позже, мясо ее превратилось уже в какую-то водянистую мякоть; но дыня, поданная в надлежащий момент — это высокое гастрономическое наслаждение!

Александр Дюма о горчице

Александр Дюма написал целую монографию о горчице, говоря о ней «хронологически, этимологически, ботанически и гастрономически». Из монографии видно, что горчицу употребляли древние греки, потом римляне, о ней упоминается в Ветхом Завете. Уже в 42 г. н.э она приготовлялась почти также, как теперь — Дюма приводит рецепты приготовления горчицы 4-го века н. э. Кстати, Карл Великий любил листья горчицы в виде салата.

Трюфели Россини

Россини был отменным кулинаром. Известен рецепт, по которому Россини приготовил трюфели к обеду у Ротшильда. Он взял лучшее оливковое масло, отличную горчицу, уксус, сок лимона, перец и соль. Все это он хорошо смешал и в этот соус уложил тонко нарезанные ломтики белого трюфеля. (Если трюфель черный, то в этот соус добавляется еще желток яйца и немного чеснока).

О тонком вкусе

Владелец винного подвала пригласил двух друзей, хорошо разбиравшихся в винах. Из бочки с неизвестным вином он угостил этих друзей. Один из них, попробовав вино, назвал марку вина, но заявил, что вино имеет посторонний вкус кожи. Другой, также попробовав вино, возразил: «Нет, вино имеет скорее привкус железа». Спор между ними продолжался до тех пор, пока слуга, разлив всю бочку, не обнаружил на дне ее кусок кожи, приткнутый гвоздем.

О выносливости

Скороходы персидского шаха, отличавшиеся крайней воздержанностью, обязаны были делать 11 верст в час. Французские солдаты с ранцем в 20 кг делали по 30 верст в сутки (при одном дне отдыха после двух дней ходьбы).

* * *

Американец Е.Р. Уинстон в течение 100 дней ежедневно ходил по 75 верст (по воскресеньям и праздникам отдыхал). Он ходил со скоростью 6 верст в час. Ему было 45 лет. Он доказывал, что умеренное питание — есть лучшее условие для продуктивной работы. Спал 6 часов ночью,? часа днем (после обеда). Такой объем работы в указанный срок не выдержало бы ни одно животное, в том числе и лошадь. До опыта он употреблял крепкие напитки, но бросил пить, считая, что кофе и чай лучше подкрепляют человека. Так делал и лорд Уослей, который в походе запрещал солдатам всякие крепкие напитки, но давал вдоволь хорошего чая, при этом вообще было мало больных, хотя походы были трудными.

О пчеловодах — жуликах

Пчеловоды-жулики держат своих пчел у сахарных заводов и те становятся неспособными собирать мед с цветов, а поедают сахар, и мед, полученный таким образом, к употреблению практически непригоден.

Эпиграммы находчивого повара

Во Франции жила-была красавица маркиза. Ухаживавшие за нею офицеры, будучи у нее в гостях, рассказали ей, что накануне они обедали и с хорошей едою их угощали эпиграммами. На следующий день маркиза в шутку приказала повару приготовить к обеду эпиграммы. Повар стал спрашивать у коллег, что это за кушанье, эпиграммы. Но никто не знал, что это такое. Тогда повар взял грудинку от ягненка (которую аристократы не ели, выбрасывали), выдернул из нее кости, нарезал, обвалял в желтке и тертом хлебе, поджарил, положил эти кусочки между бараньими котлетами и, подавая на стол, провозгласил: «Эпиграммы, госпожа Мишеле» (фамилия маркизы). Это всеми гостями было встречено со смехом, но блюдо понравилось и впоследствии так и называлось.

Покупку на анализ

Еще в XIX веке в Англии, получая какие-либо припасы, покупатель вправе был заявить продавцу, что он желает послать припасы эти в лабораторию для исследования, и тогда продавец сообща с покупателем запечатывал 3 пробы: по одной пробе оставалось у покупателя и продавца, а одна отправлялась в лабораторию.

О женском молоке

Анализы женского молока позволяют сделать такие выводы: самое лучшее молоко у женщины в возрасте примерно 23 лет, а у женщины 47 лет — значительно хуже. «Есть анализы молока блондинок и брюнеток, из которых видно, что вопреки предпочтению, отдаваемому брюнеткам, молоко блондинок богаче всеми составными частями, кроме воды, которой у брюнетки на 4 % больше».

Как солить пасхальные яйца

Наши попы были очень находчивые люди. В Светлый праздник, на Пасху, им дарили обычно очень много яиц, сваренных вкрутую. Съесть их все попы конечно не могли. И они нашли способ их длительного хранения. Они складывали их в кадку с соленою водою, где они сохранялись до следующей Пасхи.

* * *

Один из способов сохранения яиц свежими: их покрывают слоем конопляного, льняного масла или каким-либо иным жиром. Такие яйца долго не портятся и не усыхают.

О пасхальном столе

В течение всего года никогда так много не кушают на Руси, как на Святой… С самой заутрени в зажиточных семьях накрыт стол для разговенья и чего только не наставят на него гостеприимные хозяева! У иных ставят на стол 48 кушаний и закусок, как символ только что истекшего 48-дневного поста. Почетное место занимают пасха, кулич и яйца, а затем идет барашек жареный и барашек из масла, ветчина, телятина, ростбиф, чиненая свиная голова, всякая чиненая живность: пулярды (куры), индейки, гуси, утки; далее разного рода холодные и горячие колбасы и сосиски. На иных столах видишь целый ассортимент всякого рода сыров, малороссийское сало, копченую свиную грудинку, копченых гусей (полотки) и пр. и пр. И как бы для отдыха желудка или в помощь ему, найдешь молодую редиску или зеленый салат из кочанного лопуха с зелеными огурцами. Все промежутки между блюдами уставлены разного рода водками и винами и в течение только этой же недели видишь так называемую «четверговую соль», которую заготавляют в Великий Четверг.

Описать все яства не хватило бы и двух номеров журнала нашего, но поговорим только кое о чем. Яиц уничтожается на Святой массе и, не говоря уже о яйцах перепеченных, для которых нужно иметь патентованный желудок со стальными рессорами — даже яйца вкрутую — не всякий может переваривать, а отставать от других не хочется, да и яичком разговеться считаешь за долг свой. Как тут быть? Возьмите яйцо комнатной температуры и сняв с плиты кастрюлю с крутым кипятком, положите туда яйцо и поставьте кастрюлю на пол, на окно или табуретку и оставьте в ней яйцо 15, даже 20 минут. Вода будет постепенно охлаждаться, а яйцо согреваться и в конце концов оно согреется немногим выше 70 °С, т. е. дойдет до температуры, при которой свертывается белок. В таком яйце белок будет не твердый, а подобный желе или студню и в этом виде белок далеко легче проникается желудочным соком и переваривается много легче, желток же будет как в яйце, сваренном в мешочке.

Правда, что так сваренные яйца нельзя красить в столь темно-красную краску, как опускаемые в кипящий настой сандала, но теперь не то, что в старину, когда не умели красить яйца иначе, как красными — сандалом, или желтыми — луком, или в очень элегантных исключениях — мраморными. Теперь есть столько готовых красок, продаваемых в маленьких флаконах, что яйца можно красить не столь горячими… Все эти краски

пригодны для яиц вареных по нашему указанию.

Мраморная краска яиц получается, как описано далее. Еще детьми, далеко до праздника, наша старуха няня нас учила терпенью и засаживала за стол, показывая, как надо щипать шелк из разных обрезков шелковых материй, которые она собирала круглый год, и работаешь бывало внимательно, выдергивая нитку за ниткой, а старушка командовала нами и учила, как щипать какой-либо неподатливый кусок и видя, что все заняты, начинала было рассказывать, как придет праздник, как все разоденутся, пойдут в церковь, какая там будет торжественная служба и т. д. и т. д. Так мы и нащипывали разноцветные нити шелка и все это тщательно перемешивалось и на страстной неделе старушка опять нас собирала, обертывала яйца нащипанным шелком, потом обвязывала их тряпочками и опускала в кипяток. С каким нетерпением ждал каждый из нас, что выйдет из заранее намеченного им для себя яйца и в какой восторг приходил бывало тот, у кого яйцо удавалось лучше других. Как бы шелк ни мешали, а все-таки, хоть его и брали из той же кучи, но и окраска яиц и рисунок их получался крайне разнообразный и довольно было попасть на яйцо нескольким лишним шелковинкам, легче терявшим свою окраску, чтобы яйцо выходило красивее.

Из всех закусок мы считаем, что с яйцами всего вкуснее тоненькие ломтики горячей, только что поджаренной копченой свиной грудинки. Жир из нее при жарении почти весь вытек, прослойки сильно прокопченного мяса крайне вкусны и это, думаем мы, единственный вид свинины, который безусловно безвреден, потому что при высокой температуре жаренья, наверно всякие трихины убиты, проникнуть же жар в эти тонкие ломтики грудинки может чуть не в 2–3 минуты.

Любимым детищем Д.В. Каншина также был журнал «Наша пища», к изданию которого он приступил в апреле 1891 года. В журнале сотрудничали лучшие специалисты в самых разных областях знания, связанные с питанием, а также повара-виртуозы. О широте круга вопросов, которые освещались на страницах журнала, можно судить по программе издания, опубликованной в первом номере. Приведем эту программу в надежде на то, она что окажется полезной всем, кто интересуется вопросами питания.

1. Правительственные распоряжения, касающиеся области питания (законы, обязательные постановления в России и за границей).

2. Общественное питание.

3. Припасоведение (мясо, рыба, живность, молочные продукты, яйца и пр.; вина, воды и др. напитки; консервы и способы сохранения съестных припасов, фальсификация их,

общедоступные способы распознавания ее и пр.)

4. Кулинарный отдел.

5. Отдел хозяйства (молочное хозяйство, животноводство, огородничество, садоводство, пчеловодство и пр., как средства к улучшению пищевых продуктов; домоводство или разумная экономия в хозяйстве).

6. О статистике припасов.

7. Пищевой календарь.

8. Библиография.

9. Смесь.

10. Вопросы и ответы. Объявления. Приложения платные и бесплатные.

Во вступительном слове к первому номеру журнала Д.Б. Каншин и его коллеги так излагали его цели и задачи: «Человек, чтобы жить, должен есть. Как прочное здание можно строить только из хорошего материала, так здоровое правильное питание есть «необходимое условие нашего здоровья». Итак, одной из главных задач журнала было научить человека правильно питаться. «Вот почему одною из наших задач будет стремление, по мере сил, содействовать распространению науки, стараться объяснить простыми и доступными всякому словами неоспоримые ее положения и выводы. На страницах нашего журнала мы имеем в виду провести в жизнь чисто практические решения вопросов о нашем питании, по возможности дать многостороннюю оценку различных пищевых средств, выяснить, почему может быть предпочтен тот или другой способ приготовления пищи и т. д. и т. д., словом, дать возможность читателю сознательно отнестись к таким важным вопросам, как выбор пищи, количество ее и пр.»

Можно с уверенностью сказать, что журнал успешно справлялся с поставленной целью. Пожалуй, с тех пор, как он издавался, столь интересного периодического издания по питанию у нас в стране больше не было.

Ежемесячно выпускалось 2 книги «Нашей пищи», объем каждой из которых составлял примерно 2–2,5 печатных листа, т. е. за год получалась подшивка, имеющая довольно солидный объем — около 50 печатных листов.

Журнал просуществовал в течение 5 лет. За это время на его страницах опубликованы сотни статей, затрагивающих самые разные аспекты, связанные с питанием. Среди авторов журнала можно было встретить имена самых больших авторитетов того времени — академика А. Красовского, А. Бахтиарова. М. Игнатьева, Г. Архангельского и многих других.

Наш совет всем, кто интересуется историей питания,

товароведением, статистикой, курьезами и забавными историями, связанными с пищей, традициями русского стола, технологией приготовления пищи и тем, что связано с питанием — полистайте эти старинные подшивки. Уверены, что удовольствия и пользы от этого занятия вы получите с избытком.

Довольно много места в журнале занимали кулинарные рецепты. Все они, как правило, были оригинальными и пользовались у современников большим доверием. Многие из рецептов публиковались под общим заголовком, который их как бы объединял. Так в нескольких номерах журнала били опубликованы рецепты, которые по утверждению редакции были найдены в бумагах одного старосветского помещика.

Наверняка читателям нашей книги будет интересно познакомиться с этой подборкой. Сам Каншин назвал эти рецепты «прекрасными», и мы не решились реконструировать их на современный лад. Так что приводим их в редакции Дмитрия Васильевича.

Рецепты старосветского помещика

Рай кишка

Взять толстую баранью кишку, вымыть чисто-начисто. Сделать жидкую яичницу на молоке и оною кишку сию начинить. Зашив кишку, обжаривать таковую добропорядочно в масле и подавать на сковороде или же около жареной баранины.

Сальник

Изрубить добре баранью печень, смешать с заваренной крутой кашей и мелко изрубленными яйцами; прибавить рубленого луку и замесить все на сметане. Тем временем в черепню уложить и расправить бараний сальник и в него выложить оную смесь и закрыть все остатком сальника; запечь гораздо в печи и когда поспеет, выпрокинуть все на блюдо и подавать с пылу.

Перепеча

Баранью сырую печенку изрубить прилежно, столочь и, смешав со сбитыми свежими яйцами и молоком, налить в бараний сальник, закрыть краями оного и смазать яичным белком. Далее поступать, как с сальником.

Кружник

Как и сальник, делается в бараньем жире, но употребляется в начинку его крутая гречневая или пшенная каша.

Попадьин пирог

Вывесть из пресного теста в черепне глубокий пирог; в оный накласть блинцов слоями и переложить каждый слой сухим, протертым сквозь сито творогом и рублеными, вкрутую сваренными яйцами. Наполнив пирог, положить в него небольшой кусок коровьего масла; закрыть концами тесто и, справив дно, выпрокинуть на сковороду и запечь в печи.

Пирожки печерские

Сия суть слоеные с творогом и яичными желтками продолговатые пирожки.

Курица, налитая яйцами

Яйца взбить мутовкою. Курицу справить, кожу от тела подлупить пальцами по хлупи, налить взбитыми яйцами и завязать. Внутрь налить те же яйца, взбитые с рубленым укропом и, зашив, жарить курицу в печи.

Лимонад домашний

Выжать сок из 5 лимонов, развести его бутылкою (1/16 ведра) воды и прибавить к нему по вкусу (от полфунта и более) сахару, кусками которого предварительно собрать цедру с 1–2 лимонов, чтобы придать сахару больше аромата.

Если хотят запастись лимонадным сиропом, то кипятят этот сахар с водой до тех пор, пока он не будет отделяться свободно от гладко обточенной палочки, опущенной сперва в сироп, а потом в холодную воду. Отделяясь от палочки, сахар должен при этом сам собою разламываться. Сварив сироп, прибавляют к нему сок из лимонов, считая по 12 лимонов на каждый фунт сахару. Размешивают (кипятить не надо), процеживают сквозь сито и, охладив, разливают в бутылки.

Пирог колобовый

Замесить тесто на яичных желтках и горячей воде круто. Натирать оное говяжьим почечным салом, т. е. раскатать тесто скалкою, класть на него сало и стирать оное, продолжая раскатывание и складывая раскатанный лист. Когда тесто будет гораздо натерто, сделать из него крупный пирог с такою начинкою: изрубить говядины несколько крупно с прибавкою много лука и приправить перцем, пообжарить в сале говяжьем и затем еще изрубить мелко. Сим крошевом начинить пирог; сделать из того же теста крышку, влить мясного навару или положить кусок льда, накрыть, защипать, печь на сковороде в дюже горячей печи.

Щи

При варении щей кислую капусту перемыть в воде, отжать и поставить повариться особо с малым куском масла. Когда капуста отварится мягкою, выложить ее на сито и потом в горшок, в

котором мясо уже варится, прибавив крошеного луку и поставить в печь, дабы щи упрели.

Сборные (царские) щи

Говядина, свежая свинина, ветчина, баранина, гусь и две куры. Капусту также приготовить, как выше сказано.

Солонина

На пуд говядины 10 фунтов соли, 4 фунта селитры. Говядину обмыть и сухо вытереть полотенцем. Класть в кадку непременно в погребе, посыпав дно кадки солью. Рассол, вскипятив, вылить на говядину и положить кружок и гнет. Готово через 12 дней. Кто хочет, тот перетрушивает говядину перцем, имбирем, гвоздикой, но сие отнимает естественный вкус.

Середка

Напечь блинцов; взять рису, разварить его в воде или молоке мягко, откинуть на решето, дать осякнуть, положить в чашу, смешать со свежим говяжьим жиром, изюмом. Форму вымазать коровьим маслом и устлать блинцами. Затем на них наложить слой смеси риса, перестлать блинцом, опять слой риса, опять блинец и т. д. до верху. Затем накрыть блинцами и, заворотив первые блинцы, сгладить. Запечь в печи и, выпрокинув на блюдо, подавать в горячем виде.

Взвар луковый

Луковицы нарезать ломтиками, смочить немного уксусом, подсластить медом, приправить перцем и уварить в сковородочке, пока уксус сгустеет. Подать оный взвар к жареной индейке и гусю, иногда к баранине.

Взвар капустный

Квашеную шинкованную капусту отжать, обжарить в масле, а лучше в гусином сале и всячески со многими ломтиками накрошенного лука. Когда ужарится, накатить уксусом, подсластить медом, проварить и приправить перцем.

Взвар клюквенный

Сок клюквенный подварить с медом до сгущения, бросить щепоть муки. Сим обливают поросенка жареного, равно буженину, а также индейку.

Крупеня

Заварить на молоке гречневую кашу и дать увариться густо, тогда, выложив в чащу, прибавить творогу, растертого ложкою, и перемешать с кашею. Впустить в смесь несколько яиц, еще перемешать и выложить на сковороду, вымазанную маслом. Запекать все в вольном печном духу.

Суп из цыплят

Возьмите крупных цыплят, вырежьте их филеи, а из остального и из их потрохов сварить суп, в который положите всякую молодую зелень: стручки, каротель (морковь), редьку, цветную капусту, молодую капусту и, если помучаете цыплят, т. е. будете варить суп долго и на малом огне, не давая кипеть и без всяких круп, то получите нежный бульон, но зелень положите не более, как за 1 час до обеда, дабы она не разварилась через меру, и молодой зелени не жалейте. После супа подайте херес или мадеру, которые бы полежали на льду часа два.

Рыба в собственном соку

Достаньте живую рыбу — если нет другой, то хотя бы окуней. Нужно, чтобы они были живыми до самого обеда. Перед обедом их выпотрошить. Возьмите жестяную кастрюлю, вымажьте ее маслом и положите рубленого зеленого лука, потом филеи, снятые с окуней. Кастрюлю прикажите подать на стол и зажгите под нею спирт. Пока кушают суп, рыба у вас сварится на столе и вы сознаетесь сами, что такой вкусной рыбы вы еще не едали. В кастрюлю не добавляйте ни капли воды. Живая рыба даст из себя сок и в парах его сварится отлично. Таким же способом можете приготовить стерлядь, сома, налима, угря, судака и пр.

Котлеты из цыплят

Филе цыплят, обделанное в виде котлет, т. е. с косточкою крыла, держите в сливках, а когда сядут за стол, смажьте их желтками, обваляйте в муке и жарьте на сковороде, где распущено сливочное масло и кладите их на сковороду, когда масло сильно разогрето, т. е. когда оно перестало кипеть и от

него пойдет синенький дымок. К этим котлетам можно подать молодой картофель в сметане, а лучше грибы в сметане. Если цыплята куриные слишком мелки, то возьмите цыплят индюшек.

Начиненный арбуз

С арбуза срезают? часть его, ложкою вынимают внутренность и режут ее правильными кубиками, удалив зерна. Внутрь пустого арбуза кладут землянику, клубнику, вишни, крыжовник, смородину, одним словом все, что есть в саду. Все это перемешивают вместе с кусочками арбуза и, по мере укладки, пересыпают щедро сахаром, продолжая посыпание повторять после каждого слоя. Когда арбуз полон, наливают? стакана сухого вина или шампанского… Арбуз так начиненный должен простоять часа 3 на льду.

* * *

Этим сладким рецептом мы и заканчиваем рассказ о замечательном труде Дмитрия Васильевича Каншина.

О.К. ЗЕЛЕНКОВА О ВЕГЕТАРИАНСТВЕ

В период с 1902 по 1904 год в России были изданы 4 выпуска книги «Нечто о вегетарианстве». На древе отечественной науки о питании расцвела еще одна ветвь, покорившая умы и сердца многих поколений россиян. Автором книги была Ольга Константиновна Зеленкова, активный подвижник и пропагандист вегетарианского образа жизни, член Санкт-Петербургского вегетарианского общества. Президентом этого общества, образованного 1 декабря 1901 года, был известный врач Александр Петрович Зеленков, супруг Ольги Константиновны.

О себе А.П. Зеленков писал: «При ответственной (преимущественно хирургической) практике, я прежде жил, как все, т. е. умеренно потреблял спиртные напитки, усердно курил папиросы и сигареты, питался преимущественно мясом и притом очень ограниченно пользовался движением. Результатом этого образа жизни на моем 40-м году были следующие страдания: общее ожирение и одутловатость лица, слабонервность, хронический катар желудка, принуждавший меня к ежедневному выполаскиванию его посредством т. н. желудочного зонда, хронический катар глотки и гортани с наклонностью к обострениям по нескольку раз в году, ревматические головные боли раза 2–3 в неделю на весь день, невралгии под весну, угри на лице и ежегодно возвращающиеся чирьи и нарывы на разных местах тела! На 43-м году жизни я подвергся припадку так называемого нервного удара, состоявшему в параличе правой стороны тела и лица с полной потерей сознания на несколько дней и неполной на две недели…Я оказался негодным для практической жизни человека, оказался неврастеником в самом жалком значении этого слова…»

И неизвестна, чем бы дело кончилось, если бы не новое направление в медицине, которое в то время широко распространилось в Западной Европе. В Германии, Швейцарии и некоторых других странах успешно функционировали санатории, где основными лекарствами были солнечный свет, вода, движение, покой, лечебная гимнастика, магнетизм и главное — вегетарианская диета.

Человек хорошо образованный, медик, Зеленков понял перспективность такого лечения. Особенно большие надежды он возлагал на вегетарианство. Идеей вегетарианского питания он увлек и всю свою семью. И надежды оправдались. По воспоминаниям самого Зеленкова, уже через 3 года он избавился от всех своих недугов. Заметно оздоровились и все члены семьи,

активно принявшие позицию Александра Петровича. Ольга Константиновна избавилась от тяжелой формы подагры, унаследованной ею от родителей, сын — от общей экземы, преследующей его с первого года жизни, приобрели цветущий вид дочери.

Восхищаясь чудотворным влиянием вегетарианского образа жизни А.П. Зеленков писал: «Вот что называется здоровьем, а не то жалкое состояние вечного страха перед простудой и заразой, которым страдает наша интеллигентная публика и которое есть не что иное, как скрытая, не всплывающая на поверхность болезнь, вызываемая наружу любым дуновением холодного ветра».

Согласно определению Германского вегетарианского союза, вегетарианский образ жизни есть сознательное выполнение наших природных жизненных условий, т. е. состоит в воздержании от всего вредного нашему организму в жизненном обиходе: от спиртных напитков, табака и убойной пищи. Зеленков считал, что убойная пища менее явный, чем алкоголь и табак яд: «Она не валит нас с ног, как водка, — писал он, — не одурманивает нас, как табак. Она вкрадывается в наш вкус и в наши привычки медленно, в течение десятилетий, чтобы тем временем вредить нам… Устранение мяса из обихода людей чрезвычайно облегчает устранение алкоголя и табака. Один порок ведь влечет за собой другой, так и воздержанность от одного вредного вещества облегчает воздержанность от другого».

В предисловии к книге своей жены О.К. Зеленковой «Я никого не ем», А.П. Зеленков пишет, что человеческий организм — самый современный из всех животных организмов — от природы одарен идеальными силами самозащиты и, познакомившись с которыми, «мы приходим к убеждению, что заболевание человека почти невозможно. Между тем, мы постоянно наблюдаем болезни, преждевременную смерть и почти карикатурную беспомощность, особенно резко выраженную в так называемой «интеллигентной» среде. Это противоречие только кажущееся и объясняется тем, что самозащита организма развивает свою силу только при условиях «чистоты крови» и нормального состава тканей. Этот состав находится в прямой зависимости от материала, из которого кровь и ткани образуются и обновляются, т. е. от нашей пищи». Далее он замечает, что «с одной стороны, пища должна содержать в себе все составные нашего тела, с другой же не должна содержать ничего ядовитого, т. е. вредного ему, между тем, как питание большинства интеллигентов с точки зрения диететики, содержит столько этих «ядов» и весь их обиход так проникнут вредными привычками, что образ жизни их в своей совокупности можно бы

назвать «систематическим самоубийством».

Однако несмотря на самые убедительные доводы, вегетарианское учение пробивало себе дорогу в российской интеллигентской среде с большим трудом. Кстати сказать, то же на первых порах наблюдалось и в странах Западной Европы. В связи с этим книги О.К. Зеленковой были очень актуальны, да, если разобраться, они не потеряли своего значения и сегодня. Особенно это справедливо в отношении книги «Нечто о вегетарианстве», бесспорно являющейся неоценимым вкладом в теорию и практику российского вегетарианства.

В первом выпуске книги, со ссылкой на высказывания многих видных деятелей науки, выдающихся представителей литературы, искусства, культуры, истории, медицины, автор пытается доказать, что вегетарианство присуще природе человека, его физиологии и соответствует самым высоким морально-этическим взглядам людей. На многочисленных экскурсах в историю человечества, от далекого прошлого до конца XIX века автор прослеживает отношение к вегетарианству отдельных выдающихся личностей (Л.Н. Толстого, А.Н. Бекетова, Пифагора, Платона, Корнаро, Эпикура, Третуллиана, Климента, Овидия, Златоуста, Музония, Плутарха, Сенеки, Порфирия, Монтеня, Томаса Мора, Мильтона, Попа, Трейона, Боссюэта, Вольтера, Руссо, Линнея, Гиббона, Адама Смита, Синклера, Байрона, Ламартина и др.), а также некоторых религиозных и общественно-политических течений. Увлекательными являются страницы книги об отношении к вегетарианству китайцев, отдельных индийских каст, норвежских крестьян, жителей некоторых стран Южной Америки и др. Особое внимание автор уделяет расцвету вегетарианства в конце XIX века в некоторых странах Западной Европы (Англия, Германия, Франция), дает анализ вегетарианского движения в России.

Зеленкова считает, что широкое распространение вегетарианства приведет к оздоровлению нации, особенно ее верхушки, «страдающей» от излишества, к смягчению нравов, к утверждению высоких моральных качеств, ставя последние в прямую зависимость от пищи человека, которая, как она полагает, определяет его образ жизни.

Мясо рассматривается, как первопричина разного рода болезней, в том числе и психических расстройств. В своих суждениях автор категоричен. Апеллируя к людям умственного труда, она задает вопрос: «И странно, почему собственно современный интеллигент восстает и негодует на убийц, когда сам непрерывно, ничуть над тем не задумываясь, кормится трупами животных, более или менее видоизмененными

кулинарным искусством и, так сказать, устраивает кладбище в своем желудке?»

Во втором выпуске содержатся доводы в пользу вегетарианства Бекетова, Петерсона, Платона и др., подтверждающие рациональность вегетарианского режима. Много рассуждений в книге о вреде мясной пищи, рыбы, пряностей, кофе, чая, бульона; приводятся естественнонаучные и специальные доводы в пользу безубойного питания. Изложены также: способ приготовления дешевого, питательного, удобоваримого и вкусного хлеба из цельного зерна; значение некоторых пищевых веществ; сведения из устава С.-Петербургского вегетарианского общества. Большой интерес для читателей представляет также в изложении Зеленковой книга Платона «Новый способ лечения», ее заметки о гигиене спальни; о необходимости устройства вегетарианской столовой и основании санатория естественных методов лечения.

Выпуск третий посвящен изложению взглядов А.П. Зеленкова. Здесь приведены извлечения из его доклада «Вегетарианство, как средство для лечения и предупреждения болезни», статья «По поводу лекций академика, князя И.Р. Тарханова «О вегетарианстве» и графа Л.Н. Толстого «Реформа питания» и другие материалы.

Большой интерес представляет и четвертый выпуск издания. В нем дана ретроспекция взглядов на вегетарианство в древности, развитие вегетарианского движения во Франции. Рассматривается вегетарианство, как источник выносливости и силы, как средство лечения и предупреждения болезней. Автор размышляет о вреде мяса, алкоголя, испорченного воздуха и проч., о благотворном воздействии на организм человека воды, воздушно-солнечных процедур, занятий гимнастикой и спортом.

В своих книгах Зеленкова приводит ряд красноречивых примеров пользы вегетарианства для здоровья. Она излагает, например, сведения о монашеском «Ордене траппистов». Монахи этого ордена ходили в рясах, без белья, спали в гробах на соломе и строго соблюдали обет молчания и, кроме произнесения молитв, имели право лишь приветствовать друг друга словами «помни о смерти». В своем питании они строго придерживались вегетарианского режима.

Зеленкова сообщает, что обитатели монастыря «Ордена траппистов» жили очень долго, не зная болезней. Зачастую в монастырь поступали люди, находившиеся в тяжелом, даже предсмертном состоянии и в результате соблюдения монастырского режима питания эти люди излечивались и доживали до преклонного возраста. Зеленкова приводит случай с

неким врачом Дебрейном, который в возрасте 30 лет болел туберкулезом и со дня на день должен был умереть. Он решил переселиться к обитателям монастыря и перешел на вегетарианское питание. В результате здоровье вернулось к Дебрейну, и он прожил в монастыре еще 27 лет. В течение этого времени он наблюдал за монахами и за весь этот период не видел ни одного случая «удара, разрыва сердца, водяной болезни, подагры, почечных камней или рака». Врач свидетельствовал: «Всевозможные эпидемии, между прочим и холерная, производившие страшные опустошения по соседству с монастырем, останавливались у порога обители».

Зеленкова приводит высказывание доктора Джексона, старшего врача больницы для душевнобольных в Дэнсвилле: «Я всегда считал невозможным вылечивать моих больных без устранения мясной пищи и смотрю на мясо, как на несомненную преграду для радикального излечения. Очевидно, что труп животного содержит какое-либо непитательное начало, настолько сильно возбуждающее нервную системы, что вызывает истощение и перерождение ее до такой степени, что она вполне лишается жизнедеятельности. При этих условиях истощения возникает ненормальная реакция, требующая возбуждения и поэтому неотразимое влечение к алкоголю».

Вегетарианцы считали, что наиболее здоровое грудное молоко младенцы получают от кормилицы-вегетарианки. Кстати, одним из эпиграфов своей книги «Я никого не ем», Зеленкова избрала слова Бэкона: «Давая нашим детям мясную пищу, мы даем им все пороки». В книге она приводит слова профессора Нимейера: «Только матери, питающиеся растительными веществами, могут производить здоровых и красивых детей». Взгляды вегетарианцев нашли широкое распространение даже в традиционно «мясоедной» Англии. Там, в связи с высокой смертностью детей англичане в свое время требовали от кормилиц свидетельство о вегетарианстве, считая последнее равнозначным трезвости. Интересно, что в свое время в Англии железнодорожные компании стали предъявлять требования о вегетарианстве к кочегарам, машинистам и стрелочникам.

Противники вегетарианства упрекали представителей этого движения в том, что они хотят «посадить человечество на голодный паек, призывая их питаться исключительно растительной пищей». Отвечая на эти упреки, О. Зеленкова писала, что питаться исключительно овощами и фруктами, конечно, недостаточно, тем более в нашем холодном климате. Но вегетарианский режим такого требования вовсе и не выдвигает. Вегетарианство выдвигает идею воздержания от всего вредного, а

именно: алкоголя, наркотиков, табака; мяса и т. п. Вегетарианцы имеют в своем распоряжении: овощи, фрукты, орехи, грибы, яйца, молочные и мучные блюда.

Особую роль Зеленкова отводила вегетарианской кулинарии. Она справедливо отмечала, что в здоровой пище, помимо доброкачественности продуктов, еще два фактора играют немаловажную роль — это разнообразное и вкусное приготовление. При вегетарианском столе и того и другого достигнуть не так уж трудно. «Наши же ученые повара и кухарки, — пишет Зеленкова, — в сущности, занимаются систематической порчей хорошей провизии». И далее она продолжает: «Вообще заниматься кухней неинтересно, монотонно, скучно, даже очень скучно, но, раз мы убеждены в том, что от удачного разрешения нами этого вопроса зависит благосостояние и здоровье семьи нашей, у нас должно хватить и доброй воли и выносливости; надо только захотеть…»

На этом, пожалуй, мы и закончим рассказ о книгах Ольги Константиновны Зеленковой, взглядах ее мужа и по традиции обратимся к рецептам вегетарианской кухни.

Рецепты Ольги Зеленковой

Суп из свежей капусты с молоком

Небольшой кочан капусты очистить, разрезать на части, обдать кипятком, чтобы горечь исчезла, откинуть на решето, поставить варить в 9 стаканах воды. Когда закипит, посолить, положить? горсти листьев петрушки, 1 морковь, 1 петрушку, ложку масла и варить, пока не сделается мягким.

Влить 3–6 стаканов цельного молока, приправить ложкою муки, растертою с ложкой масла, прокипятить и подавать. Вместо муки кладут? стакана перемытых ячневых круп, которые и варятся в супе одновременно с капустой.

Суп из цветной капусты

Букетики цвета цветной капусты отварить в подсоленном кипятке, процедить. Остальные части цветной капусты, порезав, сварить, протереть. Как навар, так и пюре соединить с наваром от цвета. Дать закипеть, влить тонкой струйкой, постоянно помешивая, стакан сливок (или молока), разболтанных с 4 чайными ложками муки. Когда вскипит и загустеет, прибавить 1 столовую ложку масла, 1 стакан сливок (или молока), разболтанных с 2 желтками, прогреть, не кипятя, всыпать рубленого укропа.

Суп с солеными рыжиками и сметаной

Сварить суп-пюре из овощей: картофель, порей, репу, каротель, брюкву, лук, сельдерей, петрушку нарезав, сварить в посоленном кипятке, протереть. 1/8 фунта масла подрумянить с 2 чайными ложками муки, соединить с пюре и его наваром, вскипятить. Прибавить 1 стакан сливок (или молока), разболтанных с 2 желтками и 3 чайными ложками рубленого укропа и петрушки, 1/8 фунта сливочного масла, соли.

1 фунт соленых рыжиков пошинковать, отварить, соединить вместе с их наваром с супом-пюре. Прибавить 2 чайные ложки муки, подрумяненной в масле,? стакана сметаны, прогреть, не кипятя. Всыпать рубленого укропа, петрушки, подать сметану.

Суп-пюре из простого сушеного гороха

Два фунта гороха намочить с вечера в теплой воде; на другой день поставить вариться в холодной воде, чтобы вода едва прикрывала горох, положить 1 луковицу; когда разварится, протереть сквозь дуршлаг, переложить в кастрюлю, прибавить 2 ложки масла, растертые с? ложкой муки, соль, прокипятить.

Суп-пюре из картофеля

Сварить бульон из кореньев, процедить, положить картофель и? французской булки без корки,? ложки муки, растертой с ложкой масла; можно прибавить 1/2 луковицы, поджаренной в масле, разварить, протереть сквозь сито. 3 желтка разбить в? стакана сливок, процедить, развести бульоном, шибко мешая, перелить в общий бульон, подогреть до самого горячего состояния, посолить и подавать. Вместо сливок и желтков можно положить сметаны и зелени.

Тюря или мурцовка

1 фунт черного кислого хлеба режут маленькими кусочками вместе с корочкой, кладут в миску, прибавляют? фунта постного масла, 2 ложки тертого хрена, мелкорубленого сырого лука, репчатого или зеленого, солят, посыпают перцем и разводят все квасом. Кто любит, можно прибавить тертой редьки.

Похлебка

1 фунт сельдерея, 1 фунт репы, 1 фунт моркови,? фунта свеклы,? фунта петрушки,? фунта лука, 1 кофейная чашка перловой крупы, 1 стакан сушеного зеленого гороха и? фунта масла.

Горох и перловую крупу положить с вечера в воду. Утром, слив воду, поставить варить с остальными мелко изрубленными овощами, ошпарив ее крутым посоленным кипятком, дать кипеть три часа. Когда разварится, протереть сквозь сито, положить обратно в кастрюлю, дать вскипеть. Если густо, развести кипятком, прибавить пряностей и соли по вкусу. Перед отпуском посыпать сушеною и тертою в порошок зеленью от сельдерея. Подать с гренками из белого хлеба.

Окрошка

Очистить свежих или соленых огурцов, нарезать их мелко; нарезать зеленого лука, маринованных грибов, соленых груздей,

рыжиков, яблок свежих; сварить, очистить, нарезать картофель, свеклы, зеленых бобов и 1 фунт шпинату с щавелем и свекольником сварить и протереть туда же, положить в чашку ложку готовой горчицы, сахару, соли, перцу и немного прованского масла; развести кислыми щами; влить в окрошку; всыпать зеленой петрушки и укропу; развести все кислыми щами пополам с баварским квасом, размешать, положить кусок льда. К окрошке подают тертый хрен. В окрошку можно, по желанию, прибавить 2 круто сваренных яичных желтка и 3 ложки свежей сметаны; белки же искрошить в окрошку.

Рисовые котлеты с грибами

Сварить рисовую кашу, отварить 1–8 белых грибов, изрубить их мелко, поджарить луковицу с ложкой растительного масла и все вместе смешать и делать котлеты. Подавать с кисло-сладким соусом или грибным, тогда нужно взять грибов несколько более, половину изрубить в рис, а из второй половины сделать жидкий грибной соус. Можно подавать также с зеленым горошком, приготовленным на сливочном масле.

Капуста фаршированная

Небольшой кочан свежей капусты разрезать на 4 части, опустить в кипяток (посоленный по вкусу), немного прокипятить, откинуть на решето или дуршлаг, дать стечь воде. Между тем приготовить фарш: гречневую кашу (приблизительно 1,5–2 стакана) смешать с 4 грибами и луковицей, изрубленными и поджаренными с? французского хлеба, намоченного в воде и отжатого. Взять части кочна, вырезать сердцевину, фарш уложить между листьев, бульоном от супа или настоем от грибов залить и тушить до мягкости. Приготовить соус: поджарить 1 ложку муки в 1 ложке масла, развести до желаемой густоты водой, в которой варилась капуста, прибавить 1–2 ложки помидор и немного лимонного сока или кусочек лимона без кожи; вскипятить соус, облить им капусту и подать.

Капуста свежая, тушеная с репой, брюквой, каротелью и картофелем, со сметаной

Порезав кочан капусты, как на ленивые щи, прибавить порезанные небольшими ломтиками репу, брюкву, каротель; посолить, тушить в масле. Когда начнут делаться мягкими, присоединить чищенный порезанный картофель, продолжать

тушить, прибавляя масла и понемногу кипятку.

Когда дойдет, влить? фунта сметаны, перемешать, прогреть, не кипятя. Посыпать рубленым укропом, петрушкой.

Яичница печеная

Положить на большую сковороду масла, дать закипеть, снять с плиты, выпустить на нее бережно 15 яиц, одно после другого, посолить, скрепить маслом. Дать постепенно спечься в духовке, подавая, посыпать рублеными зеленым луком, укропом, петрушкой. Еще лучше печь на порционных сковородках.

Яичница глазунья, со спаржей, под сливочным соусом

1,5 фунта очищенной спаржи мелко нарезать, отварить в посоленном кипятке, процедить, выложить на глубокое блюдо, смазанное маслом, посыпанное крошками. Стакан навара спаржи вскипятить, влить в него тонкой струйкой, постоянно мешая,? стакана сливок (или молока), разболтанных с 2 чайными ложками муки. Когда вскипит и загустеет, прибавить 1 столовую ложку масла, размешать, залить спаржу. Выпустить на нее бережно 12 яиц, посолить, осторожно поставить в духовку, в средний жар, не передержать. Подавая, посыпать укропом.

Картофель «по-царскосельски»

Очистив мучнистый картофель, порезать ломтиками, отварить на пару или в крутом посоленном кипятке, процедить. Посыпать рубленым укропом, петрушкой. Согреть? фунта масла, всыпать 4 крутых рубленых яйца, прогреть, не кипятя. Подать к картофелю.

Картофель, жаренный с луком «по-польски»

Отварив картофель в посоленном кипятке, очистить, порезать ломтями. 2 крупные луковицы пошинковать, всыпать в широкий котелок, слегка подрумянить в масле; всыпать картофель, покрыть крышкой, тушить на горячей плите, часто перемешивая. Когда подрумянится, тотчас подавать.

Картофель, фаршированный кашей гречневой с луком

Спечь 12–15 шт. крупного картофеля, срезать верхушки,

выскоблить серединку каждого настолько, чтобы дно и стенки могли удержать фарш. Приготовить кашу гречневую из? фунта ядрицы (всыпать в горшок, прибавить 1 столовую ложку масла, соли, залить кипятком, покрыв им всю крупу, перемешать. Поставить в духовку на сковороду с кипятком, которого добавлять по мере укипания), прибавить рубленого жареного лука, перемешать, наполнить картофель. Скропить его щедро маслом, посыпать сыром, дать постепенно прогреться в духовке. Оставшуюся кашу и мякиш картофеля полить маслом, влить 2 сбитых яйца, перемешать, скатать шарики, обвалять в муке, обжарить румяно в масле, окаймить ими на блюде картофель. Подать масло.

Репа, фаршированная кашей манной

12-15 штук репы очистить, сделать крестообразный надрез на верхушке каждой, разместить на противне, поставить в духовку, залить репу посоленным кипятком. Когда репа начнет делаться мягкой, выскоблить в каждой мякиш настолько, чтобы как донышко, так и стенки, могли удержать фарш. Вскипятить 2 стакана молока, засыпать 8 чайными ложками манной крупы, посолить, положить 1 столовую ложку масла, перемешать. Когда остынет, вбить 2 яйца, всыпать рубленого укропа, петрушки, перемешать, нафаршировать репу. Положить на глубокое блюдо, смазанное маслом, посыпанное крошками. Если бы оказался лишний фарш, скатать его шариками, обвалять в муке, обжарить румяно на сковороде в масле, разместить между репками. Посыпать все сыром, окропить маслом, дать постепенно подрумяниться в духовке.

Пирожки-трубочки блинчатые с начинкой из репы и яиц

Порубить репу, посолить, тушить в масле. 3 желтка растереть со щепоткой соли и 2 чайными ложками сахара. Продолжая растирать — прибавлять постепенно: 2 стакана муки и 4 стакана молока. Положить 3 сбитых белка, перемешать, спечь блинчики, подрумянивая с одной стороны. Репу смешать с 1 столовой ложкой масла, прибавить 2 крутых рубленых яйца, соли, перемешать. Класть кучкой на подрумяненную сторону блинчика, загибая внутрь боковые края его, свернуть в трубочку, перевязать. Обвалять в муке или, обмакнув в яйцах, обвалять в крошках, обжарить румяно в масле. Снять нитки, разложить на блюдо, убрать веточками петрушки свежей или поджаренной в масле.

Ленивые вареники

3-4 фунта творога обжать и протереть сквозь сито, немного посолить, разбить 5–6 яиц,? фунта муки хорошенько вымешать, взять на пробу немножко теста, сделать маленькую лепешечку, опустить ее в соленый кипяток, когда всплывет, вынуть и разрезать, если будет рассыпаться, подбавить немного муки, если же соединение хорошо, то разделить приготовленное творожное тесто на несколько частей, раскатать толщиной в мизинец, нарезать небольшими треугольниками; закруглив ножом или руками, опустить перед самым обедом в крутой кипяток. Когда сварится, вынуть на дуршлаг, переложить на горячее блюдо, облить распущенным маслом, подать со сметаной.

Лепешечки из муки ржаной с сыром зеленым

? стакана сметаны растереть с? стакана распущенного масла, всыпать постепенно? фунта ржаной муки, посолить, вымесить, подливая столько воды, чтобы получилось не густое тесто. Раскатать толщиною в 1 см, вырезать лепешечки, наколоть вилкой дырочки, разложить на лист, смазанный маслом, посыпанный мукой, дать слегка подрумяниться в духовке. 1/8 фунта тертого зеленого сыра растереть с 2 сбитыми яйцами, намазать полуостывшие лепешки, окропить маслом, дать постепенно подрумяниться в духовке. Подавая, посыпать рубленой петрушкой.

Пирог воздушный яичный, ванилевый

Выпустить в котелок 10 яиц, 10 чайных ложек сахара с ванилью, сбивать венчиком на не очень горячем месте плиты, пока собьется в пену, не давая закипеть. Снять с плиты, всыпать постепенно 10 чайных ложек муки, постоянно растирая. Не дав яйцам опасть, выложить в форму, смазанную маслом, посыпанную мукой, заняв не более половины формы. Дать постепенно подняться и подрумяниться в духовке. Подать пюре из фруктов свежих или ягод и сливки (или молоко) (пюре: самые спелые, свежие, не смоченные дождем ягоды или фрукты протереть через сито. На каждый фунт пюре взять 1 фунт сахара, перемешать).

Сухари «Карлсбадские» с цедрой лимонной

1,25 стакана теплого молока разболтать с дрожжами,

всыпать? фунта муки, размешать, дать подняться. Когда запузырится, влить? фунта масла, вбить по одному 6 яиц, прибавить 3 золотника соли,?-3/4 стакана сахара, цедру с? лимона,? фунта муки. Месить, пока тесто начнет отставать от рук; дать подняться вторично. Выложить тесто на доску, сделать длинную узкую булочку, положить на лист, смазанный маслом, посыпанный мукой, смазать яйцом, дать постепенно подняться и подрумяниться в духовке. Когда булочка остынет, порезать вкось тонкими ломтями, разложить на лист, дать постепенно подрумяниться в духовке.

Крендель вроде «Выборгского»

Разболтать дрожжи в 3,5 стаканах теплого молока, всыпать? фунта муки, выбить тесто, дать подняться. Вбить 6 яиц, прибавить 3 золотника соли, 1 стакан сахара, 3/8 фунта теплого масла,? фунта муки, кардамону. Месить тесто, пока начнет отставать от рук; дать вторично подняться. Выложить на доску, сделать крендель по фасону «Выборгского», смазать яйцом, убрать очищенным миндалем, повтыкать его плашмя по поверхности кренделя, посыпать рубленым миндалем, переложить на лист, смазанный маслом, посыпанный мукой. Дать постепенно подняться и подрумяниться в духовке.

Бисквит из хлеба черного с кремом ореховым

12 желтков растереть с 1 стаканом сахара с ванилью. Присоединить постепенно, постоянно растирая, 12 чайных ложек муки, 24 чайные ложки просеянных через сито крошек из хлеба ржаного (ржаной хлеб мелко порезать, постепенно подсушить и слегка подрумянить на листе в духовке. Столочь, просеять). Положить 12 сбитых белков, перемешать. Выложить в 2 одинаковой величины бисквитные формы, смазанные маслом, посыпанные мукой. Дать постепенно подрумяниться в духовке. Дав остыть, выложить один бисквит на блюдо. Приготовить крем ореховый: сбив 3 яйца, прибавить постепенно, постоянно растирая,? стакана растертого масла, 3 чайные ложки муки.? стакана сахара, 1 стакан молотых орехов, 1,5 стакана густых сливок. Выложить крем на бисквит, покрыть вторым бисквитом, посыпать сахарной пудрой с ванилью, окропить сиропом малиновым.

Плов фруктовый (холодный) из риса с дыней свежей и пюре из свежей клубники

Отварить? стакана риса рассыпчатого, остудить. Сварить сироп из? фунта сахара (с ванилью), с 1 стаканом воды, дать остыть. Очищенную спелую сочную дыню нарезать небольшими ломтиками. Плоскую форму смочить водой, наполнить ее рисом, перемешать с дыней, плотно нажать, облить сиропом, вынести на лед. Подавая, выложить на блюдо, покрыть толстым слоем пюре из клубники: самые спелые, свежие, не смоченные дождем, ягоды клубники протереть через решето. На каждый фунт пюре взять фунт толченого сахара, перемешать.

Яблоки жареные

8-10 крупных яблок очистить, удалить стержни, разрезать поперек на 4 части. Обвалять в муке, обжарить румяно в масле, кладя на блюдо, пересыпать сахаром, окропляя соком 1 лимона. Убрать вареньем, подать сливки (или молоко).

Яблоки, покрытые яблочным пюре, запеченные

10-12 крупных яблок очистить, вынуть стержни, расставить стоймя на глубокое блюдо, смазанное маслом, посыпанное мукой. Кожицу и стержни разварить в 2 стаканах воды, протереть; всыпать 1 стакан сахара, размешать. Прибавить 1 стакан сливок (или молока), разболтанных с 2 яйцами. Покрыть яблоки, окропить маслом, посыпать сахаром, дать постепенно подрумяниться в духовке. Подать сливки (или молоко).

Пирог пенный, яблочный

12 крупных яблок спечь, протереть, смешать с 1 стаканом сахара, прибавить 8 сбитых белков, перемешать. Выложить на глубокое блюдо, смазанное маслом, посыпанное мукой. Дать постепенно подняться и подрумяниться в духовке. Посыпать сахарной пудрой, подать сливки (или молоко).

Клюква, вареная с апельсинами

1 стакан мелко порезанных с кожей апельсинов (удалить все зернышки) и 1 стакан клюквы сварить с 2 стаканами сахара без воды.

Варенье из дыни

Удалить с дыни верхнюю кожицу и зернышки с пленками; порезать ломтями в длину, затем поперечными ломтиками. Сварить сироп из 1 фунта сахара и 1 стакана воды, опустить 1 фунт дыни, прибавить толченого имбирю. Варить на медленном огне, снимая пену. Когда дыня сделается прозрачной и сироп начнет густеть, дать остыть. Переложить в банку, перевязать восковой бумагой.

Варенье из корки арбузной

С арбуза снять корки, нарезать их кубиками. Сварить сироп из 1 фунта сахара и 1 стакана воды, опустить в него 1 фунт арбузных корок, прибавить цедры, стертой с лимона. Варить на медленном огне, снимая пену. Когда корки сделаются прозрачными и сироп начнет густеть, дать остыть. Переложить в банку, перевязать восковой бумагой.

Цукаты из мандаринов

Мандарины разрезать на 6 продольных частей. Варить в сиропе (считая по 1 стакану воды на 2 фунта сахара), пока мандарины сделаются прозрачными. Вынимать одну часть за другой, давая стечь сиропу; разложить в один ряд на лист, посыпанный сахаром. Дать постепенно обсохнуть в духовке (легкий жар). Обвалять в сахарной пудре, переложить в банку, перевязать восковой бумагой. Сироп употребить на питье, желе или компот.

Цукаты из лимона или апельсина

Сочные лимоны или апельсины разрезать на 8 продольных частей. Варить в сиропе (считая на 1 стакан воды по 2 фунта сахара), пока лимоны (или апельсины) сделаются прозрачными. Вынимать одну часть за другой, давая стечь сиропу; разложить в один ряд на лист, посыпанный сахаром. Дать постепенно обсохнуть в духовке (легкий жар). Обвалять в сахарной пудре, переложить в банку, перевязать восковой бумагой. Сироп употребить на питье, желе — на компот.

Смородина красная или белая, засахаренная веточками

Сварить сироп, считая 2 фунта сахара на 1 стакан воды;

обмакивать в нем веточку смородины одну за другой, давая стечь лишнему сиропу; обвалять в сахарной пудре. Разложить веточки в один ряд на доску, подсушить их равномерно со всех сторон, на солнце. Или посыпав лист сахаром, подсушить на нем в духовке в легком жару. Затем вновь обвалять в сахарной пудре, переложить в банку, перевязать восковой бумагой.

Мармелад из яблок или груш

5 фунтов спелых, сочных груш или яблок с кожицей порезать ломтиками, всыпать в тазик, залить 2,5 стаканами кипятку, вскипятить. Протереть через решето, переложить обратно в тазик, всыпать 2,5 стакана сахара, варить, перемешивая, пока загустеет. Растянуть на противень кусок смоченного холста, выложить на него приготовленную массу. Сгладить ножом, дать постепенно подсохнуть в духовке. Порезать небольшими продолговатыми кусочками, обсыпать сахарной пудрой с ванилью.

Пастила яблочная

3 фунта яблок спечь, протереть через решето. Прибавить 1,5 стакана сахара и 3 белка, растирать, пока посветлеет и запенится. Растянуть на противне кусок смоченного холста, выложить на него приготовленную массу, сгладить ножом, поставить в духовку в легкий жар. Когда достаточно обсохнет, вынуть, порезать небольшими продолговатыми кусочками, обсыпать сахарной пудрой с ванилью.

Чай вегетарианский из яблок сушеных

Фунт сушеных яблок залить водой, отварить, процедить через частое сито. Добавить столько кипятку, чтобы получилось всего 6 стаканов. Подать сахар и ломти лимона, апельсина или мандарина, или лимоны, апельсины, мандарины в сахаре. Яблоки протереть, смешать с сахаром и употребить к сладкому кушанью.

Лимоны в сахаре: 3 сочных лимона порезать ломтями, удалить все зернышки, уложить в баночку, пересыпая 1,5 стаканом сахара. Покрыв восковой бумагой, перевязать; держать в холодном месте. Употребляется для чая или для питья. Апельсины, мандарины в сахаре готовятся как лимоны.

Чай яблочный из яблок сырых

6 крупных яблок мелко порезать, залить кипятком,

вскипятить, процедить, долить недостающее до 6 стаканов количество воды. Подать сахар, ломти лимона, апельсина или мандарина, или те же фрукты в сахаре: 3 сочных лимона (апельсина или мандарина) порезать ломтями, удалить все зернышки, уложить в баночку, пересыпая 1,5 стакана сахара. Покрыв восковой бумагой, перевязать, держать в холодном месте. Употребляется для чая или для питья.

От авторов

Авторы не льстят себя надеждой, что всякий, кому довелось держать в руках эту книгу, прочтет ее «от корки до корки». Да и цели такой мы перед собой не ставили. Ведь любая кулинарная книга — это, прежде всего, справочник, который должен помочь разнообразить меню, порадовать близких и друзей новым кушаньем, наконец, разбудить гастрономическую фантазию хозяйки.

Вместе с тем, внимательный читатель, безусловно, заметил, что, в отличие от большинства чисто рецептурных книг, в этом издании дана довольно большая подборка исторических сведений о продуктах питания и кулинарного искусства. Включены также и очерки о забытых ныне, но очень популярных в прошлом кулинарных книгах и их авторах. Возможно, многие из старых рецептов сегодня мало пригодны для практического использования. Нет уже тех продуктов, замысловатая технология, нет, наконец, времени для того, чтобы поколдовать над ними. Однако эти рецепты — яркое свидетельство высокого уровня «кулинарного искусства прошлого.

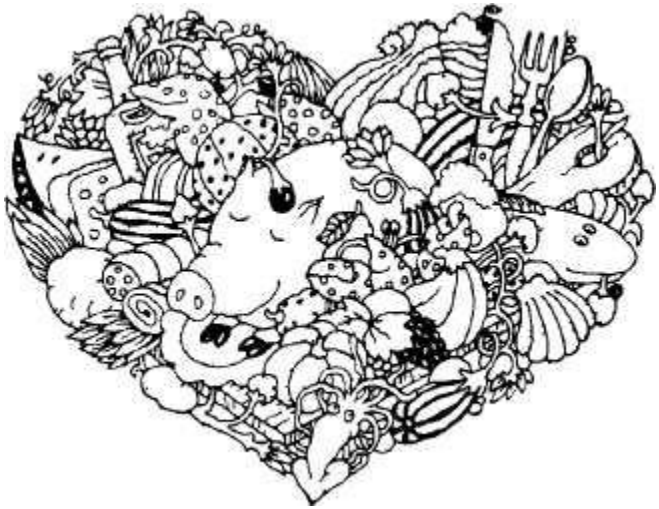
И еще об одном. Рецепты, приведенные в книге, не следует воспринимать как догму. Не хватает какого-то компонента для приготовления того или иного блюда, а сегодня это обычное дело, — замените его близким по вкусовым качествам или, наоборот, добавьте продукты, обладающие, казалось бы, совершенно иными свойствами. Может быть, это сочетание вам понравится больше.

Помните! Кухня — ваша творческая лаборатория, а кулинарный рецепт — предмет исследования, с которым вы вольны обращаться, сообразуясь с собственной фантазией и требованиями рационального питания.

Желаем всем удачи на кулинарном поприще и новых открытий в этой увлекательной области человеческой деятельности.

В. Ковалев, Н. Могильный

ДОМАШНЯЯ БИБЛИОТЕКА



СКАТЕРТЬ-САМОБРАНКА, КОШЕЛЕК-САМОТРЯС И ДВОЕ ИЗ СУМЫ

Русская народная сказка

Жили-были старик со старухой. Жили, горевали, с хлеба на квас перебивались. С осени до весны кое-как маялись, а с весны до осени и вовсе беду бедовали: лебедой да ягодами кормились. Вот как-то раздобыл старик лукошко пшеницы и говорит:

— Все люди сеют да пашут, посеем и мы — будет у нас осенью свой хлеб.

Посеяли. Уродилась пшеница на славу.

Старик со старухой не нарадуются, ходят, каждый день пшеницей любуются: пшеница стеной стоит, колос колоса тучнее. Соседи завидуют:

— Эдакого урожая век не видано!

Приспело время хлеб убирать. Старик серпы наточил:

— Завтра, старуха, пойдем пшеницу жать!

В ту пору поднялся сильный ветер, набежала черная туча и выпал на старикову полосу крупный град. Тем градом начисто выбило всю пшеницу, ни одного колоса не осталось.

Закручинился старик, голову повесил, а старуха ругается:

— Всю жизнь я с тобой, с бесталанным, горе горевала! Ни в чем тебе удачи нет! В кои-то веки разжились семенами да вырастили пшеницу — и тут лихо пристигло, беда стряслась! На иных полосах и колоса не попортило, а у нас и зерна не осталось.

Утешает старик:

— Не плачь, старуха, не горюй! Слезами да руганью убытков

не воротишь. Тучу ветер пригнал — пусть ветер и убытки возместит.

Еще пуще старуха заругалась:

— Совсем старик ума лишился! Мелет языком, чего слыхом не слыхано! Ищи-ка теперь ветра в поле!

А старик все твердит:

— Пойду с ветра спрашивать: ветер виноват — ветер и в ответе. Обулся, оделся, взял в руки батажок и тронулся в путь-дорогу. Шел он долго ли, коротко ли, близко ли, далеко ли и добрался до высокой горы. Возле горы стоит большая изба. В избе четыре крыльца: одно выходит на восход солнца, другое — на полдень, третье — на запад, а четвертое крыльцо — на полночь.

В ту пору загремели ведра, спустилась к колодцу старуха, старая-престарая — чуть только на ногах держится. Зачерпнула воды.

Поздоровался старик:

— Здравствуй, бабушка! Дай-ка подсоблю тебе воду донести.

— Здорово, добрый человек! Спасибо тебе на приветливом слове. Проходи в избу, отдохни с дороги, а с ведрами и сама управлюсь: я еще могутная.

Поднялись на крыльцо, вошли в избу. Старуха стол накрыла, гостя накормила, напоила, на печь спать уложила и стала выспрашивать:

— Куда, добрый человек, идешь, куда путь держишь? По своей ли воле к нам попал или неволя-нужда привела?

— Ох, бабушка, не знаешь ты моей беды! Вырастили мы со старухой пшеничку, да пригнал ветер тучу с градом, и выбило все начисто — зернышка не осталось. Нечем нам жить, хоть по миру ступай! И вот пошел я по белу свету управы искать.

— Ну, коли так — дело поправимое. Я ведь мать всех четырех ветров, и сыновья из моей воли не вышли. По всему видать, обидел тебя озорник Полуночник, мой меньшой сын, — горазд он на такие дела. Повремени немного. Воротятся сыновья домой — заставлю виноватого тебе убыток воротить.

Через малое время послышался шум с восточной стороны, распахнулись двери с восточного крыльца — прилетел восточный ветер. Вслед за тем пахнуло теплом с полуденной стороны — и слетел в избу с полуденного крыльца ласковый Полуденник-ветер. И в ту же минуту из тех дверей, что на закат солнца выходят, явился Запад-ветер. Как вдруг загремело, зашумело кругом, изба заходила ходуном — и с хохотом да с присвистом ворвался в избу с полуночной стороны Полуночник-ветер.

— Ох и задал я сегодня страху судам в море! Наигрался, натешился, есть хочу!

Старуха тем временем на стол собрала, накормила, напоила сыновей и говорит:

— Ну, кто из вас, сынки, недавно беду натворил? Позвала старика:

— Ступай, говори, не бойся ничего!

Старик спустился с печи и рассказал все, как дело было. Присмирел Полуночник, голову опустил.

— Видно, ты, Полуночник, виноват, — сказала мать, — тебе и ответ держать.

— Ничего, мама, — Полуночник головой тряхнул, — все дело поправится!.. А ты, гость дорогой, смел да напорист — этаких я люблю! Коли не побоялся на меня управу искать да всю правду в лицо сказать, будь мне братом названным, а о потере не печалься.

Достал из-за пазухи сверток и подал старику.

— На вот тебе скатерть-самобранку — во всякое время будешь сыт. Только скатерть разверни да скажи: «Попить, поесть!» — и ешь, пей, чего душа пожелает. Только, чур, уговор: пойдешь домой — на постоялый двор не заходи.

Старик поблагодарил своего названного брата да мать четырех ветров за ласковый прием, за угощение да за подарок, со всеми распростился и отправился в обратный путь.

Шел, шел, шел и так крепко притомился, совсем из сил выбился: сам думает: «Придется и эту ночь в пути переночевать, сегодня домой все равно не попасть. Чего это Полуночник не велел мне на постоялый двор заходить? Ведь не в поле мне ночь коротать! Хлеб свой — хоть у попа стой». И зашел на постоялый двор. Сел у стола, отдыхает, а сиделец спрашивает:

— Может, поужинать собрать, да и водочки с устатку выпьешь? Заказывай!

— Ничего мне покупного не надо, все у меня свое есть. Достал из-за пазухи скатерть, развернул и говорит:

— Попить, поесть!

Батюшки-светы, откуда чего взялось: наставились кушанья разные, меда душистые, вина сладкие, закуски, заедки разные — стол ломится! Пей, ешь — душа мера!

Сиделец остолбенел, глядит во все глаза, слова вымолвить не может. Эдакого дива век не видел. И старик рад-радехонек:

— Будет теперь нам со старухой что пить, есть! Будет чем и добрых людей потчевать!

И на радости зовет сидельца:

— Садись со мной ужинать и своих всех, кто у тебя есть, зови — угощенья на всех хватит!

Сиделец крикнул жену да ребят — и подсели все к старику за стол. Сидят угощаются. Старик выпил сладкого вина да крепкого

меду, и зашумело у него в голове: песню затянул.

Тут сидельцу и запала дума:

«Вот бы эта скатерть мне пригодилась!»

После ужина старик повалился на лавку и крепко уснул. Сиделец подменил скатерть-самобранку точь-в-точь такой же по виду простой скатертью.

На другое утро старик пробудился ни свет ни заря и скорым-скоро пошел домой.

Старуха встретила его бранью;

— Где тебя только леший носит? Дома ни зерна хлеба, ни полена дров нету, а ему и горя мало!

— Молчи, старуха! Садись за стол, угощайся, чего только твоя душа пожелает, пей, ешь вволю!

Усадил старуху за стол, развернул скатерть:

— Попить, поесть! Что такое? Нет ничего…

Старик еще раз скатерть встряхнул, развернул, рукой прихлопнул:

— Попить, поесть! Опять ничего.

Старуха не вытерпела, вскочила, схватила сковородник:

— Ох ты, пустомеля, шутки шутить да насмехаться вздумал! — И — раз, раз сковородником:

— На вот, на тебе, постылый!

Насилу вырвался старик из избы — да наутек. Остановился за околицей:

«Тут что-нибудь да не так. Видно, Полуночник обманул меня. Ну, да не на того напал! Теперь мне дорога знакомая». И пошел к матери четырех ветров.

Шел, шел и поздним вечером пришел к высокой горе, к большой избе с четырьмя крыльцами. В ту самую пору братья-ветры со всех четырех сторон домой бежали. Подхватили гостя и снесли в избу.

Поздоровался старик с матерью четырех ветров да с братьями и говорит ветру Полуночнику:

— Не по-братски ты, брат названный, дело делаешь. Твоя скатерть-самобранка всего один раз меня напоила, накормила, да на том дело и кончилось. Гоже ли так надо мной насмехаться?

— Погоди, погоди, — говорит Полуночник. — Заходил ты на постоялый двор?

— Заходил.

— Ну, вот сам себя во всем и вини, коли меня не послушался. Достал кошелек из-за пазухи:

— Возьми этот кошелек и ступай. Никогда у тебя ни в чем нужды не будет. Что понадобится, потряси кошелек — и сколько надо денег, столько и натрясешь. Да смотри, помни мое слово:

никуда дорогой не заходи.

Гостя напоили, накормили, и отправился он домой. Сказка скоро сказывается, а еще того пуще старик домой торопится.

Шел, шел и дошел до того постоялого двора, где раньше останавливался.

«Совсем я отощал, да и ноги больше не гнутся, все равно мне до дому сегодня не дойти. Зайду переночую у знакомого сидельца».

Зашел, поздоровался. Хозяин постоялого двора узнал старика, ласково встретил:

— Садись отдыхай, добрый человек! Коли не побрезгуешь нашим угощением, заказывай попить-поесть с дороги.

А старику и холодно и голодно. «Дай попробую, чем меня наградил Полуночник!» Велел подать ужин, да и вина спросил. Выпил рюмку-другую и захмелел с устатку. Зовет сидельца:

— Садись, хозяин, и своих всех зови, да что есть у тебя в печи, все на стол мечи! За все рассчитаюсь, в убытке не останешься.

Хозяин засуетился, наносил разных кушаньев да всяких напитков, позвал жену да детей, и все стали угощаться.

Пьют, едят, а сидельцу не терпится узнать, какая у старика диковина есть. Все новых и новых кушаньев требует, а чем станет рассчитываться?

Терпел, терпел сиделец и говорит:

— Ну, добрый человек, спасибо за угощение, пора отдыхать. Завтра ведь рано, чай, пойдешь — рассчитаемся за все сегодня.

Старик достал из-за пазухи кошелек-самотряс. Тряхнул раз, другой — и посыпалось серебро да золото. Натряс, насыпал полное блюдо денег:

— Бери, хозяин, все твое — у меня этого добра хватит!

А сиделец уставился на старика, сидит молчит. Потом схватил блюдо, стал деньги руками перебирать: деньги правильные, золото да серебро настоящее.

— Вот это диковина!

Повалился гость спать и уснул крепким, непробудным сном. Спит, беды над собой не чует, а беда-невзгода тут как тут.

Разыскал сиделец такой же кошелек и подменил стариков кошелек-самотряс.

Поутру раным-рано вскочил старик и пошел домой.

Дома только через порог переступил, выхватил из-за пазухи кошелек, показывает:

— Не бранись, старуха, на этот раз не обману! Подай скорее лукошко — денег натрясу, и ступай на базар, покупай чего надо.

Поглядела старуха:

— Кажись, тверезый.

Тряхнул старик кошелек раз, другой — выпала старая медная пуговица — и больше ничего нет. Снова стал трясти кошелек. Тряс, тряс — нет ничего.

Тут старуха давай старика потчевать тем, что под рукой было. Бьет, а сама плачет, приговаривает:

— Ох ты, пустомеля, пустозвон, загубил меня, горемычную! Всю жизнь с тобой промаялась, хорошего дня не видывала, а на старости лет и совсем ума рехнулся, день ото дня глупее становишься!

Била, покуда лукошко не рассыпалось, потом кинулась за кочергой.

А старик — давай бог ноги — выскочил из избы и бежал до тех пор, покуда деревня из глаз не скрылась. Остановился: «Ну куда теперь податься? Старуха бранится да дерётся, а мне после таких обманов и на глаза ей показываться стыдно. Покуда управы не найду, домой не ворочусь. У ж не подменил ли сиделец скатерть-самобранку да кошелек-самотряс? Либо ветер Полуночник насмехается? Пойду к своему названному брату: сиделец, коли и подменил скатерть да кошелек, все равно не повинится».

В третий раз пошел старик к высокой горе.

Ветер Полуночник дома был. Вышел он из избы и неприветливо встретил названного брата:

— Я все про тебя знаю. Опять меня не послушался, пеняй теперь на себя! На вот тебе эту суму и живи своим умом. Пристигнет нужда — встряхни суму да скажи только: «Двое из сумы!» — и увидишь, что будет. А теперь прощай!

Ничего больше не сказал Полуночник, засвистел, загикал, взвился под облака и улетел за тридевять земель, за тридевять морей.

Надел старик суму и поплелся обратно. Идет и думает: «Хорошо бы попить, поесть! Дай-ка попробую суму». Снял суму, встряхнул и говорит:

— Двое из сумы!

В ту же минуту выскочили из сумы два молодца и принялись старика бить-колотить. И до тех пор били-молотили, покуда он не догадался крикнуть:

— Двое в суму!

Сразу молодцы скрылись, будто век их не бывало.

Старик бока почесывает, а сам думает: «Неспроста Полуночник мне эту суму дал». И тут догадался: «Да ведь как с умом, так сума сослужит хорошую службу!»

Надел суму и стал свой путь продолжать.

Долго ли, коротко ли шел и добрался до знакомого постоялого двора:

«Вот где дело для моей сумы найдется!»

А хозяин увидал старика в окно и выбежал на крыльцо:

— Заходи, заходи, гость дорогой!

Привел в горницу и вьюном около старика вьется:

— Кафтан вот сюда повесим, а батажок в этот угол поставим! Пододвинул скамейку к печке:

— Садись, грейся, а я велю на стол собирать. Сегодня мой черед тебя угощать.

Суетится, кричит:

— Жена, жена, радость-то у нас какая! Поди сюда! Выбежала хозяйка, ласково, приветливо поздоровалась. А сиделец шумит, не унимается:

— Живо на стол собирай! Ставь самые хорошие кушанья да сладкой водочки побольше подай!

Стол накрыли, всякой снеди нанесли. Старика усадили на самое почетное место:

— Пей, ешь, гость любезный, да сказывай, где побывал, чего повидал! Мы домоседы — нигде не бываем, ничего не знаем. Что на белом свете творится?

Старик угощается да беседу ведет, а сиделец от сумы глаз отвести не может, подливает гостю вина:

— Отведай вот этого еще, не обижай отказом!.. Кланяйся, жена, потчуй гостя дорогого!

Смекнул старик: «Не иначе, как к суме сиделец подбирается». Сам пьет-ест, усмехается.

Пировали-столовали, сиделец не утерпел и спрашивает:

— Скажи, гостенек любезный, что у тебя в этой суме — поди, опять какая-нибудь диковинка?

Отвечает старик:

— Это не сума, а из чудес чудо. Только встряхнешь ее да скажешь: «Двое из сумы!» — как появятся чародеи и все, что пожелаешь, сделают для тебя. Вот какая это диковинка!

Слушает сиделец старика, умильно на него поглядывает, а сам думает: «Ну, не я буду, коли этой сумой не завладею!»

Попировали, поужинали, повели гостя в дальний покой, уложили на мягкую перину:

— Спи, отдыхай!

А сидельцу не спится. Добыл он точь-в-точь такую же по виду суму и, как уснули все в доме, пробрался в гостев покой, повесил на гвоздь свою суму, а старикову унес в свою горницу.

Разбудил жену:

— Погляди, что я принес. Теперь все мои желания

исполнятся. Перво-наперво пусть чародеи поставят мне дворец краше царского да имение большое дадут, и станем мы барами жить-поживать!

Встряхнул суму и крикнул:

— Двое из сумы!

Выскочили из сумы два молодца с дубинками и принялись сидельца с женой потчевать, только дубинки посвистывают. Хозяин с хозяйкой кричать боятся, а молодцы из сумы бьют-колотят.

Невмочь стало терпеть, стал сиделец просить-молить:

— Смилуйтесь, добрые молодцы, пощадите нас! Пригоршни денег насыплю!

А Двое из сумы знай молотят сидельца с женой, будто горох на току.

Бьется хозяйка, плачет. И сиделец закричал благим матом:

— Караул! Спасайте!

Старик услышал крик да шум — лежит, посмеивается. А сиделец безутешно кричит-надрывается:

— Караул! Убивают! Спасайте! Помедлил еще старик малое время:

«Ну, теперь пора идти, а то забьют Двое из сумы вора насмерть». Пришел, а сиделец с женой уже в лежку лежат, ойкают. Взмолились гостю:

— Уйми, добрый человек, своих драчунов, не оставь сиротать наших малых детушек!

— Отдайте мою скатерть-самобранку да кошелек-самотряс, тогда выручу из беды.

— Что ты, гость дорогой, где я возьму скатерть-самобранку да кошелек-самотряс? Век у меня таких диковин не бывало!

— А как у тебя моя сума оказалась? Слушай, хозяин, не отдашь скатерти да кошелька, забьют тебя Двое из сумы насмерть, а я и слова больше не скажу!

Тут хозяйке совсем невмоготу стало, залилась слезами:

— Да повинись ты, муженек! Своя жизнь дороже скатерти да кошелька, будь они трижды прокляты!

И сидельцу невтерпеж побои выносить:

— Уйми молодцов, а я тебе верну и скатерть-самобранку, и кошелек-самотряс, да еще и лошадь с санями впридачу дам, только не губи нас!

Старик только того и ждал. Крикнул:

— Двое в суму!

Скрылись молодцы с дубинками, а сиделец с женой лежат да стонут:

— Ох, тошнешенько, косточки живой не оставили, совсем

изувечили! Кто нас кормить-поить станет? Хоть бы ты, добрый человек, пожалел нас — дал нам скатерть-самобранку либо кошелек-самотряс!

Рассердился старик:

— Мало вас поучили, видно! Живо подавайте скатерть да кошелек, а то кликну молодцов из сумы, и пеняйте тогда на себя.

После этого сиделец медлить не стал, вынул из сундука скатерть да кошелек:

— Бери, бери, нам твоего не надо!

Старик встряхнул скатерть, развернул и молвил:

— Попить, поесть!

Появились кушанья всякие, напитки разные. Свернул скатерть, спрятал за пазуху:

— Моя и есть.

Тряхнул раз, другой кошельком — посыпалось серебро да золото.

— И это мой кошелек! Спрятал кошелек, взял суму:

— Запрягай, хозяин, коня, мне ехать пора.

Сиделец велел работнику коня запрячь и вышел на двор гостя проводить, а сам все охает да стонет. Старик сел в сани:

— Ну, прощай, хозяин! Урока не забывай и помни: коли услышу, что на чужое добро заришься, худо тебе будет.

И уехал. Едет да посмеивается:

«Теперь надо старуху поучить немного, а то совсем от рук отбилась, поедом ест меня». Подкатил к дому:

— Тпрррру!

Выбежала старуха на крыльцо, увидала старика и ну ругаться:

— Все лето красное да осень прошатался неведомо где, а на зиму домой явился! Кто тут про тебя хлеб припас?

— Погоди, старуха! Поди в избу, не мерзни!

Зашли в избу. Старуха не унимается, еще пуще бранится. Тут старик встряхнул суму да как крикнет:

— Двое из сумы!

Выскочили два молодца с дубинками: кого надо уму-разуму поучить?

Испугалась старуха:

— Ох, старичок, не тронь меня, пожалей! Век тебе слова поперек не скажу!

— Ну вот, давно бы так, — сказал старик. И крикнул: —Двое в суму!

Скрылись молодцы с дубинками, а старик встряхнул, развернул скатерть и говорит:

— Попить, поесть!

И откуда что взялось: наставилось на стол разных кушаньев

да напитков всяких.

Глядит старуха и глазам не верит — век эдакого чуда не видано. А старик зовет:

— Садись, пей, ешь, чего только душа пожелает! Это теперь все наше.

Напоил, накормил старуху, потом взял в руки кошелек-самотряс:

— Гляди сюда!

Встряхнул кошелек раз, другой — посыпалось серебро да золото, золото да серебро…

— И это все наше.

Обрадовалась старуха, а старик рассказал ей, как эти диковины достал, и как сиделец два раза его обкрадывал, и как он заставил сидельца отдать ему скатерть-самобранку да кошелек-самотряс.

— Ну ничего, старичок, что было, то прошло, пусть быльем порастет, а у нас с тобой теперь всего вдоволь, и самим есть что попить-поесть, и добрых людей употчевать хватит.

Стали с тех пор старик да старуха жить да быть припеваючи. И кто из соседей в беду-невзгоду попадет, всем старики помощь оказывают. И ото всех им почет да уважение.

В ту самую пору и воротился в имение откуда-то из-за моря барин. Проведал он, что старик со старухой живут в достатке, велел позвать к себе. Пришел старик.

Барин спрашивает:

— Был ты самый что ни есть последний бедняк, а теперь самым исправным хозяином стал. Сказывай все без утайки, откуда что взялось у тебя!

Рассказал ему старик все начистоту, а барин ему в ответ:

— Ни в жизнь не поверю в эти россказни, покуда своими глазами твоих диковин не увижу.

— Так за чем дело стало! — старик говорит. — Пожалуй ко мне сам, когда вздумается, и я тебе покажу и скатерть-самобранку и кошелек-самотряс.

Барин велел тройку лошадей заложить в карету. Посадил старика с кучером на козлы и сам сел.

— Пошел! А ты, мужик, показывай кучеру дорогу. Приехали. Привел старик барина в горницу, усадил в красный

угол. Старуха принесла скатерть-самобранку:

— Гляди, барин!

Старик встряхнул скатерть, развернул и молвил:

— Попить, поесть!

Уставился стол всякими кушаньями, разносолами, да напитками.

— Отведай, твоя милость, нашего хлеба-соли, буде не побрезгуешь! — потчуют старик со старухой.

Барин того попробовал да другого — приятно, сладко, лучше не надо. Напился, наелся до отвала, захмелел.

— Ну, про скатерть-самобранку ты говорил правду. Покажи теперь кошелек-самотряс!

Принес старик кошелек. Раз, другой тряхнул — и посыпалось из кошелька серебро да золото, золото да серебро. У барина глаза разгорелись. Глядит на деньги — не наглядится. Потом говорит:

— И про кошелек-самотряс твоя правда. А теперь слушай мою правду: живо заверни эту скатерть-самобранку да кошелек-самотряс в новую холстину и неси за мной в мою карету.

— Смилуйся, сударь! — просят старик со старухой. — Как же так? Ведь эти диковины ветер Полуночник нам дал, а не тебе.

Барин ногой топнул:

— Молчать! А не то прикажу на конюшню отвести да всыплю по сотне розог! Сразу умнее станете! Ваше ли холопское дело мне перечить? Вы оба мои, и все, что есть у вас, тоже мое. Поняли?

— Как не понять! — говорит старик. — Все как есть поняли.

— А поняли, так поторапливайтесь — я ждать не стану!

— Принеси, старуха, поскорее мою новую суму. Видишь — барин торопится. Извини, сударь, не случилось у нас дома новой холстины.

Старуха принесла суму, а барин торопит:

— Поскорее укладывайте!

— Сейчас, сейчас, барин! Старик встряхнул суму и крикнул:

— Двое из сумы!

Выскочили два дюжих молодца с дубинами.

— Угостите барина покрепче, чтобы век помнил! Принялись молодцы барина дубинами охаживать. Он сперва отмахивался да ругался, потом закричал:

— Эй, кучер, ступай на выручку!

Кучер прибежал. Раз-другой попало и ему дубиной. Видит он: худо дело, и боком, боком — да и пустился наутек.

А Двое из сумы свое дело делают: бьют, колотят, только дубины посвистывают.

— Ох, мужичок, — закричал барин, — выпусти меня, покуда насмерть не забили! Ведь тебе придется в ответе за меня быть!

— Обо мне, барин, не печалься, — старик отвечает, — мне все равно: семь бед — один ответ, а без тебя хоть людям полегче станет, и то хорошо!

Тут барин на колени упал:

— Прости, мужичок! Зарок даю: никогда на чужое добро посягать не стану!

— Ну нет, барин, не из того теста ты слеплен, чтобы на чужое не зариться. Коли уж повадилась собака жернова лизать, так век ей не отстать. Вот буде напишешь нам, всем мужикам твоим, вольную да откажешься от имения и уедешь совсем от нас, так и быть — живым оставлю. А не то тебе одна отсюда дорога — на погост.

А молодцы знай бьют, колотят, свое дело правят. Не утерпел — закричал барин:

— Ох, мужичок, я на все согласен! Давай скорее перо да чернила и бумаги принеси! Все, как ты говорил, напишу, только отпусти живого!

Принес старик перо, чернила да бумагу и велел Двум из сумы обождать. Барин написал всем своим мужичкам вольную и имение отписал мужичкам. Подал бумагу. Старик бумагу прочитал: «Все правильно!» — и крикнул:

— Двое в суму!

Скрылись молодцы, а барин насилу поплелся из избы и говорит:

— Завтра уеду отсюда навеки, а ты, мужичок, никому не говори, что меня тут побили.

На другой день барин уехал.

Мужики землю взяли и стали жить-поживать да старика хвалить. И до сих пор живут-поживают, никакой беды не знают, и год от году все лучше да богаче.

Тут и сказке конец, а кто слушал — молодец.

ГОРШОК КАШИ
Братья Гримм

Немецкая сказка

Жила-была девочка. Пошла девочка в лес за ягодами и встретила там старушку.

— Здравствуй, девочка! — сказала ей старушка. — Дай мне ягод, пожалуйста.

— На, бабушка, — говорит девочка. Поела старушка ягод и сказала:

— Ты мне ягод дала, а я тебе тоже что-то подарю. Вот тебе горшочек. Стоит тебе только сказать:

— Раз, два, три, Горшочек, вари! — и он начнет варить вкусную, сладкую кашу. А скажешь ему:

— Раз, два, три, Больше не вари! — и он перестанет варить.

— Спасибо, бабушка, — сказала девочка, взяла горшочек и пошла домой к матери.

Обрадовалась мать этому горшочку. Да и как не радоваться! Без труда и хлопот всегда на обед вкусная, сладкая каша готова.

Вот однажды ушла девочка куда-то из дому, а мать поставила горшочек перед собой и говорит:

— Раз, два, три, Горшочек, вари!

Он и начал варить. Много каши наварил. Мать — поела, сыта стала. А горшочек все варит кашу. Как его остановишь? Нужно было сказать:

— Раз, два, три, Больше не вари! — да мать забыла эти слова, а девочки дома не было. Горшочек варит и варит. Уж вся комната полна каши, уж и в прихожей каша, и на крыльце каша, и на улице каша, а он все варит и варит. Испугалась мать, побежала за девочкой, да не пробраться ей через дорогу — горячая каша рекой

течет.

Хорошо, что девочка недалеко от дома была. Увидала она, что на улице делается, и бегом побежала домой. Кое-как взобралась на крылечко, открыла дверь и крикнула:

— Раз, два, три, Больше не вари!—

И перестал горшочек варить кашу.

А наварил он ее столько, что тот, кому приходилось из деревни в город ехать, должен был себе в каше дорогу проедать.

Только никто на это не жаловался: очень уж была каша вкусная и сладкая!

СУП ИЗ КОЛБАСНОЙ ПАЛОЧКИ
Г.Х. Андерсен

Датская сказка

I. СУП ИЗ КОЛБАСНОЙ ПАЛОЧКИ

— Ну и пир задали вчера во дворце! — сказала одна пожилая мышь другой мыши, которой не довелось побывать на придворном пиршестве. — Я сидела двадцать первой от нашего старого мышиного царя, а это не так уж плохо! И чего только там не подавали к столу! Заплесневелый хлеб, кожу от окорока, сальные свечи, колбасу, — а потом все пошло по второму разу. Можно считать, что мы пообедали дважды! А какое у всех было чудесное настроение, как непринужденно велась беседа, если бы ты только знала! Обстановка была самая домашняя. Мы сгрызли все подчистую, кроме колбасных палочек — ну, знаешь, на которых колбасу жарят; о них-то и зашла потом речь, и кто-то вдруг вспомнил про суп из колбасной палочки. Оказалось, что слышать-то про этот суп слышали все, а вот попробовать его или тем более сварить не приходилось никому. И тогда был предложен замечательный тост за мышь, которая сумеет сварить суп из колбасной палочки, а значит, сможет стать начальницей приюта для бедных. Ну скажи, разве не остроумно? А старый мышиный царь поднялся со своего трона и заявил во всеуслышание, что сделает царицей ту молоденькую мышь, которая сварит самый вкусный суп из колбасной палочки. Срок он назначил год и один день.

— Ну, что ж, срок достаточный, — сказала другая мышь. —

Но как же его варить, этот самый суп, а?

Да, как его варить? Об этом спрашивали все мыши, и молодые и старые. Каждая была бы не прочь попасть в царицы, да только ни у кого не было охоты странствовать по белу свету, чтобы разузнать, как готовят этот суп. А без этого не обойтись: сидя дома, рецепта не получишь. Но ведь не всякая мышь может оставить семью и родной уголок; да и житье на чужбине не слишком сладко: там не отведаешь сырной корки, не понюхаешь кожи от окорока, иной раз придется и поголодать, а чего доброго, и кошке в лапы угодишь.

Многие кандидатки в царицы были так напуганы всеми этими соображениями, что предпочли остаться дома, и лишь четыре мыши, молодые и шустрые, но бедные, стали готовиться к отъезду. Каждая избрала себе одну из четырех сторон света. — Авось хоть кому-нибудь да повезет, — и каждая запаслась колбасной палочкой, чтобы не забыть по дороге о цели путешествия; к тому же палочка могла заменить дорожный посох.

В начале мая они тронулись в путь и в мае же следующего года вернулись обратно, но не все, а только три; о четвертой не было ни слуху ни духу, а назначенный срок уже близился.

— В каждой бочке меда есть ложка дегтя, — сказал мышиный царь, но все-таки велел созвать мышей со всей округи.

Собраться им было приказано в царской кухне; здесь же, отдельно от прочих, стояли рядом три мыши-путешественницы, а на место пропавшей без вести придворные поставили колбасную палочку, обвитую черным крепом. Всем присутствующим велели молчать, пока не выскажутся путешественницы и мышиный царь не объявит своего решения.

Ну, а теперь послушаем.

II. ЧТО ВИДЕЛА И ЧЕМУ НАУЧИЛАСЬ ПЕРВАЯ МЫШЬ ВО ВРЕМЯ СВОЕГО ПУТЕШЕСТВИЯ

— Когда я отправилась странствовать по белу свету, — начала мышка, — я, как и многие мои сверстницы, воображала, что давно уже разжевала и проглотила всю земную премудрость. Но жизнь показала мне, что я жестоко заблуждалась, и понадобился целый год и один день, чтобы постичь истину. Я отправилась на север и сначала плыла морем на большом корабле. Мне говорили, что коки должны быть изобретательны, спасаясь от нашей сестры, однако нашему коку, по-видимому, не было в этом ровно никакой нужды: корабельные трюмы ломились от корейки, солонины и прекрасной заплесневелой муки. Жилось

мне восхитительно, ничего не скажешь. Но посудите сами — могла ли я там научиться варить суп из колбасной палочки? Много дней и ночей мы все плыли и плыли, нас качало и заливало волнами; но в конце концов корабль все-таки прибыл в далекий северный порт, и я выбралась на берег.

Ах, как все это странно: уехать из родного уголка, сесть на корабль, который вскоре тоже становится для тебя родным уголком, и вдруг очутиться за сотни миль от родины, в совершенно незнакомой стране! Меня обступили дремучие леса, еловые и березовые, и как ужасно они пахли! Невыносимо! Дикие травы издавали такой пряный запах, что я все чихала и чихала и думала про колбасу. А огромные лесные озера! Подойдешь поближе к воде — она кажется прозрачной, как хрусталь; а отойдешь подальше — и вот уже она темна, как чернила. В озерах плавали белые лебеди; они держались на воде так неподвижно, что сначала я приняла их за пену, но потом, увидев как они летают и ходят, сразу поняла, что это за птицы; они ведь из гусиного племени, по походке видно, а от родни своей не отречешься! И я поспешила отыскать свою собственную родню — лесных и полевых мышей, хотя они, сказать правду, мало что смыслят по части угощения, а я только за этим и поехала-то в чужие края. Когда здесь услышали о том, что из колбасной палочки можно сварить суп — а разговор об этом пошел по всему лесу, — всем это показалось невероятным, ну а мне-то откуда было знать, что я в ту же ночь буду посвящена в тайну колбасной палочки.

Лето было в самом разгаре, и мне объяснили, что именно поэтому леса так благоухают, травы так душисты, а озера, в которых плавают белые лебеди, так прозрачны и в то же время так темны. На опушке леса, между тремя-четырьмя домиками, был установлен шест высотой с корабельную мачту. Это был майский шест — его верхушку украшали венки и ленты. Девушки и парни без устали плясали вокруг него и пели под скрипку бродячего музыканта. Когда солнце закатилось, веселье продолжалось при свете месяца, но я не принимала в нем участия — какое дело мышке до лесного бала! — я сидела в мягком мху и крепко держала свою колбасную палочку. Луна освещала лужайку, на которой росло дерево, а лужайка была покрыта мягким и нежным мхом — таким нежным, как, осмелюсь заметить, шкурка мышиного царя, только зеленого цвета, очень приятного для глаза. Вдруг, откуда ни возьмись, появились маленькие прелестные существа ростом мне по колено. Они были совсем как люди, только гораздо красивее. Человечки называли себя эльфами и были одеты в нарядные платьица из цветочных

лепестков с отделкой из мушиных и комариных крылышек. Это выглядело очень мило. Я сразу же заметила, что они что-то ищут, но не могла понять, что именно.

Вот несколько эльфов подошли ко мне, и самый знатный сказал, указывая на мою колбасную палочку:

«Это как раз то, что нам нужно. Конец заострен превосходно!»

И чем дальше он смотрел на мой дорожный посох, тем больше восторгался им.

«Я, пожалуй, могу одолжить его вам на время, но не навсегда», — сказала я.

«Ну конечно, не навсегда, только на время!» — закричали все, выхватили у меня колбасную палочку и пустились с ней, приплясывая, прямо к тому месту, где зеленел нежный мох; там ее и установили. Эльфам, видно, тоже хотелось иметь свой майский шест, а моя колбасная палочка так подошла им, как будто ее сделали на заказ. Они тут же принялись ее наряжать и убрали на славу. Вот это, скажу вам, было зрелище!

Крошечные паучки обвили шест золотыми нитями и украсили развевающимися флагами и прозрачными тканями. Ткань эта была такая тонкая и при лунном свете сияла такой ослепительной белизной, что у меня в глазах зарябило. Потом эльфы собрали с крыльев бабочек разноцветную пыльцу и посыпали ею белую ткань, и в тот же миг на ней засверкали тысячи цветов и алмазов. Теперь мою колбасную палочку и узнать было нельзя — другого такого майского шеста, наверное, в целом мире не было!

Тут, словно из-под земли, появилась несметная толпа эльфов. На них не было никакой одежды, но мне они казались еще более красивыми, чем самые нарядные из одетых. Меня тоже пригласили взглянуть на все это великолепие, но только издали, потому что я слишком велика.

Потом заиграла музыка, и какая музыка! Словно тысячи хрустальных колокольчиков наполнили воздух своим мелодичным звоном. Сначала я подумала, не лебеди ли это поют. Но потом мне почудилось, будто кукует кукушка и чирикает дрозд, а под конец — будто запел весь лес! Звучали детские голоса, звон колоколов, пение птиц, чудеснейшие мелодии — и все эти дивные звуки неслись с майского шеста эльфов. А ведь этим волшебным инструментом была всего-навсего моя колбасная палочка. Я никак не думала, что из колбасной палочки можно извлечь такие звуки, но оказалось, что все зависит от того, к кому она попадет. Я была глубоко взволнована и плакала от избытка чувства, как может плакать только маленькая мышка.

Ночь была очень короткая, — на севере в эту пору они и не

бывают длиннее. На рассвете подул ветерок, зеркальная поверхность лесного озера подернулась рябью, прозрачные ткани и флаги разлетелись в разные стороны, а качающиеся гирлянды из паутины, висячие мосты и балюстрады, — или как там они еще называются, — перекинутые с листа на листок, вдруг исчезли, словно их никогда и не было. Шесть эльфов принесли мне мою колбасную палочку и спросили, нет ли у меня какого-нибудь желания, которое они могли бы исполнить; и я тут же попросила их рассказать, как сварить суп из колбасной палочки.

«Да так, как мы это только что делали, — сказал с улыбкой самый знатный эльф. — Ты сама все видела, но вряд ли даже узнала свою колбасную палочку».

«Ах, вот о чем они говорят», — подумала я и рассказала им все начистоту: зачем я отправилась путешествовать и чего ждут от меня на родине.

«Ну скажите, — закончила я свой рассказ, — какой будет прок мышиному царю и всему нашему великому государству от того, что я видела все эти чудеса? Ведь не могу же я вытряхнуть их из колбасной палочки и сказать: «Вот палочка, а вот и суп!». Таким блюдом не насытишься, разве что после обеда».

Тогда эльф провел своим крошечным пальчиком по лепесткам голубой фиалки, потом дотронулся до колбасной палочки и сказал:

«Смотри! Я прикасаюсь к ней, а когда ты вернешься во дворец мышиного царя, прикоснись этим своим дорожным посохом к теплой царской груди — и тотчас на посохе расцветут фиалки, хотя бы на дворе была самая лютая стужа. Значит, ты вернешься домой не с пустыми руками. А вот тебе и еще кое-что».

Но прежде чем мышка показала это «кое-что», она дотронулась палочкой до теплой груди мышиного царя — и действительно, в тот же миг на палочке вырос прелестный букет фиалок. Они так благоухали, что мышиный царь приказал нескольким мышам, стоявшим поближе к очагу, сунуть хвосты в огонь, чтобы покурить в комнате паленой шерстью; ведь мыши не любят запаха фиалок, для их тонкого обоняния он невыносим.

— А что еще тебе дал эльф? — спросил мышиный царь.

— Ах, — ответила маленькая мышь, — просто он научил меня одному фокусу.

Тут она повернула колбасную палочку — и все цветы мгновенно исчезли. Теперь мышка держала в лапке простую палочку и, как дирижер поднимая ее над головой, говорила:

«Фиалки услаждают наше зрение, обоняние и осязание, — сказал мне эльф, — но ведь остаются еще вкус и слух».

Мышка начала дирижировать, и в тот же миг послышалась

музыка, однако совсем непохожая на ту, которая звучала в лесу на празднике эльфов: эта музыка сразу напомнила всем о шумах в обыкновенной кухне. Вот это был концерт так концерт! Он начался внезапно — словно ветер вдруг завыл во всех дымоходах сразу, во всех котлах и горшках вдруг закипела вода и, шипя, полилась через край, а кочерга застучала по медному котлу. Потом столь же внезапно наступила тишина: слышалось лишь глухое бормотанье чайника, такое странное, что нельзя было понять, закипает он или его только что поставили. В маленьком горшке клокотала вода, и в большом тоже, — и они клокотали, не обращая ни малейшего внимания друг на друга, словно обезумели. А мышка размахивала своей палочкой все быстрее и быстрее. Вода в котлах клокотала, шипела и пенилась, ветер дико завывал, а труба гудела: у-у-у! Мышке стало так страшно, что она даже выронила палочку.

— Вот так суп! — воскликнул мышиный царь. — А что будет на второе?

— Это все, — ответила мышка и присела.

— Ну и хватит, — решил мышиный царь. — Послушаем теперь, что скажет вторая мышь.

III. ЧТО РАССКАЗАЛА ВТОРАЯ МЫШЬ

— Я родилась в дворцовой библиотеке, — начала вторая мышь. — Мне и всему нашему семейству за всю жизнь так ни разу и не удалось побывать в столовой, а уж про кладовку и говорить нечего. Кухню я впервые увидела лишь во время моего путешествия да вот еще сейчас вижу. По правде говоря, в библиотеке нам частенько приходилось голодать, но зато мы приобрели большие познания. И когда до нас дошли слухи о царской награде за суп из колбасной палочки, моя старая бабушка разыскала одну рукопись. Сама она эту рукопись, правда, прочитать не могла, но слышала, как ее читали другие, и запомнила такую фразу: «Если ты поэт, то сумеешь сварить суп даже из колбасной палочки». Бабушка спросила меня, есть ли у меня поэтический дар. Я за собой ничего такого не знала, но бабушка заявила, что я непременно должна стать поэтессой. Тогда я спросила, что для этого нужно, — ибо стать поэтессой мне было не легче, чем сварить суп из колбасной палочки. Бабушка прослушала на своем веке множество книг и сказала, что для этого нужны три вещи: разум, фантазия и чувство.

«Добудь все это, и ты станешь поэтессой, — закончила она, — а тогда наверняка сваришь суп даже из колбасной палочки».

И вот я отправилась на запад и стала странствовать по свету, чтобы стать поэтессой.

Я знала, что во всяком деле разум — это самое важное, а фантазия и чувство имеют лишь второстепенное значение — так что прежде всего я решила обзавестись разумом. Но где его искать? «Иди к муравью и набирайся у него мудрости», — сказал великий царь иудейский, об этом я слышала еще в библиотеке; я ни разу не остановилась, пока наконец не добралась до большого муравейника. Там я притаилась и стала набираться мудрости.

Что за почтенный народ эти муравьи и до чего же они мудрые! У них все рассчитано до мелочей. «Работать и класть яйца, — говорят муравьи, — означает жить в настоящем и заботиться о будущем», — и они так и поступают. Все муравьи делятся на благородных и рабочих. Положение каждого в обществе определяется его номером. У царицы муравьев — номер первый, и с ее мнением обязаны соглашаться все муравьи, ибо она уже давным-давно проглотила всю земную премудрость. Для меня было очень важно узнать это. Царица говорила так много и так умно, что ее речи показались мне даже заумными. Она утверждала, например, что во всем мире нет ничего выше их муравейника, а между тем тут же, рядом с ним, стояло дерево куда более высокое; этого, конечно, никто не мог отрицать, так что приходилось просто помалкивать. Как-то раз, вечером, один муравей вскарабкался по стволу очень высоко и заблудился на этом дереве, он, правда, не добрался до верхушки, но залез выше, чем когда-либо залезал любой другой муравей. А когда он вернулся домой и стал рассказывать, что на свете есть кое-что повыше их муравейника, то остальные муравьи сочли его слова оскорбительными для всего муравьиного рода и приговорили наглеца к намордник и долговременному одиночному заключению. Вскоре после этого на дерево залез другой муравей, совершил такое же путешествие и тоже рассказал о своем открытии, но более осторожно и как-то неопределенно; и потому, что он был весьма уважаемый муравей, к тому же из благородных, ему поверили, а когда он умер, ему поставили памятник из яичной скорлупы — в знак уважения к науке.

— Мне часто приходилось видеть, — продолжала мышка, — как муравьи переносят яйца на спине. Однажды муравей уронил яйцо, и как он ни пытался поднять его, у него ничего не получалось. Подоспели два других муравья и, не щадя сил, принялись ему помогать. Но они чуть не уронили своей собственной ноши, а когда одумались, бросили товарища в беде и убежали, потому что ведь свое добро всякому дороже чужого. Царица муравьев увидела в этом лишнее доказательство тому,

что муравьи обладают не только сердцем, но и разумом. «Оба эти качества ставят нас, муравьев, выше всех разумных существ, — сказала она. — Разум, впрочем, стоит на первом месте, и я наделена им больше всех!» С этими словами царица величественно поднялась на задние лапки, и я проглотила ее; она так отличается от остальных, что ошибиться было просто невозможно. «Иди к муравью и набирайся у него мудрости!» — я и вобрала в себя мудрость вместе с самой царицей.

Потом я подошла поближе к большому дереву, которое росло у муравейника. Это был высокий, развесистый дуб, должно быть, очень старый. Я знала, что в нем живет женщина, которую зовут дриадой. Она рождается, живет и умирает вместе с деревом. Об этом я слышала еще в библиотеке, а теперь своими глазами увидела лесную деву. Заметив меня, дриада громко вскрикнула: как и все женщины, она очень боялась нас, мышей; но у нее были на это гораздо более веские причины, чем у других: ведь я могла перегрызть корни дерева, от которого зависела ее жизнь. Я заговорила с ней ласково и приветливо и успокоила ее, а она посадила меня на свою нежную ручку. Узнав, зачем я отправилась странствовать по свету, она предсказала мне, что, быть может, я в тот же вечер добуду одно из тех двух сокровищ, которые мне осталось найти. Дриада объяснила, что дух фантазии — ее добрый приятель, что он прекрасен, как бог любви, и подолгу отдыхает под сенью зеленых ветвей, а ветви тогда шумят над ними обоими громче обычного. Он называет ее своей любимой дриадой, говорила она, а ее дуб — своим любимым деревом. Этот узловатый, могучий, великолепный дуб пришелся ему по душе. Его корни уходят глубоко в землю, а ствол и верхушка тянутся высоко к небу, им ведомы и снежные холодные метели, и буйные ветры, и горячие лучи солнца.

«Да, — продолжала дриада, — там, на верхушке дуба, поют птицы и рассказывают о заморских странах. Только один сук на этом дубе засох, и на нем свил себе гнездо аист. Это очень красиво, и к тому же можно послушать рассказы аиста о стране пирамид. Духу фантазии все это очень нравится, а иногда я и сама рассказываю ему о жизни в лесу: о том времени, когда я была еще совсем маленькой, а деревце мое едва поднималось над землей, так что даже крапива заслоняла от него солнце, и обо всем, что было с тех пор и по сей день, когда дуб вырос и окреп. А теперь послушай меня: спрячься под ясменник и смотри в оба. Когда появится дух фантазии, я при первом же удобном случае вырву у него из крыла перышко. А ты подбери это перо — лучшего нет ни у одного поэта! И больше тебе ничего не нужно».

— Явился дух фантазии, перо было вырвано, и я его

получила, — продолжала мышка. — Мне пришлось опустить его в воду и держать там до тех пор, пока оно не размякло, а тогда я его сгрызла, хотя оно было не очень удобоваримым. Да, нелегко в наши дни стать поэтом, сначала нужно много чего переварить. Теперь я приобрела не только разум, но и фантазию, а с ними мне уже ничего не стоило найти и чувство в нашей собственной библиотеке. Там я слышала, как один великий человек говорил, что существуют романы, единственное назначение которых — избавлять людей от лишних слез. Это своего рода губка, всасывающая чувства. Я вспомнила несколько подобных книг. Они всегда казались мне особенно аппетитными, потому что были так зачитаны и засалены, что, наверное, впитали в себя целое море чувств.

Вернувшись на родину, я отправилась домой, в библиотеку, и сразу же взялась за большой роман — вернее, за его мякоть, или, так сказать, сущность; корку же, то есть переплет, я не тронула. Когда я переварила этот роман, а потом еще один, я вдруг почувствовала, что у меня внутри что-то зашевелилось. Тогда я отъела еще кусочек от третьего романа — и стала поэтессой. Я так и сказала всем. У меня начались головные боли, колики в животе — вообще где у меня только не болело! Тогда я стала придумывать: что бы такое рассказать о колбасной палочке? И тотчас же в голове у меня завертелось великое множество всяких палочек — да, у муравьиной царицы, как видно, ум был необыкновенный! Сначала я вдруг ни с того ни с сего вспомнила про человека, который, взяв в рот волшебную палочку, становился невидимкой; потом вспомнила про палочку-выручалочку, потом про то, что «счастье не палка, в руки не возьмешь»; потом — что «всякая палка о двух концах»; наконец про все, чего я боюсь, «как собака палки», и даже про «палочную дисциплину»! Итак, все мои мысли сосредоточились на всевозможнейших палках и палочках. Если ты поэт, то сумей воспеть и простую палку! А я теперь поэтесса, и не хуже других. Отныне я смогу каждый день угощать вас рассказом о какой-нибудь палочке — это и есть мой суп!

— Послушаем третью, — сказал мышиный царь.

— Пи-и, пи-и! — послышалось за дверью, и в кухню стрелой влетела маленькая мышка, четвертая по счету, — та самая, которую все считали погибшей. Впопыхах она опрокинула колбасную палочку, обвитую черным крепом. Она бежала день и ночь, ехала по железной дороге товарным поездом, на который едва успела вскочить, и все-таки чуть не опоздала. По дороге она потеряла свою колбасную палочку, но язык сохранила, и вот теперь, вся взъерошенная, протиснулась вперед и сразу же начала

говорить, словно только ее одну и ждали, только ее и хотели послушать, словно на ней одной весь мир клином сошелся. Она трещала без умолку и появилась так неожиданно, что никто не успел ее остановить вовремя, и мышке удалось выговориться до конца. Что ж, послушаем и мы.

IV. ЧТО РАССКАЗАЛА ЧЕТВЕРТАЯ МЫШЬ, КОТОРАЯ ГОВОРИЛА ПОСЛЕ ВТОРОЙ

— Я сразу же направилась в огромный город. Как он называется, я, впрочем, не помню: у меня плохая память на имена. Прямо с вокзала я вместе с конфискованными товарами была доставлена в городскую ратушу, а оттуда побежала к тюремщику. Он много рассказывал об узниках, особенно об одном из них, угодившем в тюрьму за неосторожно сказанные слова. Было состряпано громкое дело, но в общем-то оно и выеденного яйца не стоило. «Вся эта история — просто суп из колбасной палочки, — заявил тюремщик, — но за этот суп бедняге, чего доброго, придется поплатиться головой». Понятно, что я заинтересовалась узником и, улучив минутку, проскользнула к нему в камеру: ведь нет на свете такой запертой двери, под которой не нашлось бы щели для мышки. У заключенного были большие сверкающие глаза, бледное лицо и длинная борода. Лампа коптила, но стены уже привыкли к этому и чернее стать не могли. Узник царапал на стене картинки и стихи, белым по черному, но я их не разглядывала. Он, видимо, скучал, и я была для него желанной гостьей, поэтому он подманивал меня хлебными крошками, посвистывал и говорил мне ласковые слова. Должно быть, он очень мне обрадовался, и я почувствовала к нему расположение, мы быстро подружились. Он делил со мной хлеб и воду, кормил меня сыром и колбасой — словом, жилось мне там великолепно, но всего приятней мне было, что он очень полюбил меня. Он позволял мне бегать по рукам, даже залезать в рукава и карабкаться по бороде; он называл меня своим маленьким другом. И я его тоже очень полюбила, ведь истинная любовь должна быть взаимной. Я забыла, зачем отправилась странствовать по свету, забыла и свою колбасную палочку в какой-то щели, — наверное, она там лежит и по сею пору. Я решила не покидать моего нового друга: ведь уйди я от него, у бедняги не осталось бы никого на свете, а этого он бы не перенес. Впрочем, я-то осталась, да он не остался. Когда мы виделись с ним в последний раз, он казался таким печальным, дал мне двойную порцию хлеба и сырных корок и послал мне на

прощание воздушный поцелуй. Он ушел — и не вернулся. Ничего больше мне так и не удалось о нем узнать. Я вспомнила слова тюремщика: «Состряпали суп из колбасной палочки». Он сперва тоже поманил меня к себе, а потом посадил в клетку, которая вертелась, как колесо. Это просто ужас что такое! Бежишь и бежишь, а все ни с места, и все над тобой потешаются.

Но у тюремщика была прелестная маленькая внучка с золотистыми кудрями, сияющими глазками и вечно смеющимся ротиком.

— Бедная маленькая мышка, — сказала она однажды, заглянув в мою противную клетку, потом отодвинула железную задвижку — и я тут же выскочила на подоконник, а с него прыгнула в водосточный желоб. «Свободна, свободна, снова свободна!» — ликовала я и даже забыла от радости, зачем я сюда прибежала.

Однако становилось темно, надвигалась ночь. Я устроилась на ночлег в старой башне, где жили только сторож да сова. Сначала я немного опасалась их, особенно совы — она очень похожа на кошку, и, кроме того, у нее есть один большой порок: как и кошка, она ест мышей. Но ведь кто из нас не ошибается! На этот раз ошиблась и я. Сова оказалась весьма почтенной и образованной особой. Многое повидала она на своем долгом веку, знала больше, чем сторож, и почти столько же, сколько я. Ее совята принимали всякий пустяк слишком близко к сердцу. «Не варите супа из колбасной палочки, — поучала их в таких случаях старая сова, — не шумите по пустякам», — и больше не бранила их! Она была очень нежной матерью. И я сразу же почувствовала к ней такое доверие, что даже пискнула из своей щели. Это ей очень польстило, и она обещала мне свое покровительство. Ни одному животному она отныне не позволит съесть меня, сказала она, и уж лучше сделает это сама, поближе к зиме, когда больше нечего будет есть.

Сова была очень умная. Она, например, доказала мне, что сторож не мог бы трубить, если бы у него не было рога, который висит у него на поясе. А он еще важничает и воображает, что он ничуть не хуже совы! Да что с него взять! Воду он решетом носит! Суп варит из колбасной палочки!.. Тут-то я и попросила ее сказать, как его надо варить, этот суп. И она объяснила: «Суп из колбасной палочки — это всего только поговорка; каждый понимает ее по-своему, и каждый думает, что он прав. А если толком во всем разобраться, то никакого супа-то и нет». «Как нет?» — изумилась я. — Вот так новость! Да, истина не всегда приятна, но она превыше всего. То же самое сказала и старая сова. Подумала я, подумала и поняла, что если я привезу домой

высшее, что только есть на свете, то есть истину, то это будет гораздо ценнее, чем какой-то там суп. И я поспешила домой, чтобы поскорее преподнести вам высшее и лучшее — истину. Мыши — народ образованный, а мышиный царь образованнее всех своих подданных. И он может сделать меня царицей во имя истины.

— Твоя истина — ложь! — вскричала мышь, которая еще не успела высказаться. — Я могу сварить этот суп сейчас! Да и сварю!

V. КАК ВАРИЛИ СУП…

— Я никуда не ездила, — сказала третья мышь, — я осталась на родине — это разумнее всего. Незачем шататься по белу свету, когда всего можно добиться у себя дома. И я осталась! И я не водилась со всякой нечистью, чтобы научиться варить суп, не глотала муравьев и не приставала к совам. Нет, до всего я дошла сама, своим умом. Поставьте, пожалуйста, котел на плиту. Вот так! Налейте воды, да пополнее. Хорошо! Теперь разведите огонь, да пожарче. Очень хорошо! Пусть вода кипит, пусть забурлит белым ключом! Бросьте в котел колбасную палочку… Не соблаговолите ли вы теперь, ваше величество, сунуть в кипяток свой царственный хвост и слегка помешивать им суп! Чем дольше вы будете мешать, тем наваристее будет бульон, — ведь это же очень просто. И не надо никаких приправ — только сидите себе да помешивайте хвостиком! Вот так!

— А нельзя ли поручить это кому-нибудь другому? — спросил мышиный царь.

— Нет, — ответила мышка, — никак нельзя. Ведь вся сила-то в царском хвосте!

И вот вода закипела, а мышиный царь примостился возле котла и вытянул хвост, — так мыши обычно снимают сливки с молока. Но как только царский хвост обдало горячим паром, царь мигом соскочил на пол.

— Ну, быть тебе царицей! — сказал он. — А с супом давай обождем до нашей золотой свадьбы. То-то будут радоваться бедняки в нашем царстве, ожидая этого дня! Пусть же они подольше порадуются!

Сыграли свадьбу, да только многие мыши по дороге домой ворчали:

— Ну разве это суп из колбасной палочки? Это скорее суп из мышиного хвоста!

Они находили, что кое-какие подробности из рассказанного

тремя мышами были переданы, в общем не плохо, но, пожалуй, все нужно было рассказать иначе. Мы бы де рассказали это так-то вот и этак.

Впрочем, это критика, а ведь критик всегда задним умом крепок.

Эта история обошла весь мир, и мнения о ней разделились; но сама она от этого ничуть не изменилась. Она верна во всех подробностях от начала до конца, включая и колбасную палочку. Вот только благодарности за сказку лучше не жди, все равно не дождешься!

ВОЛШЕБНЫЙ КОРАБЛЬ

Французская сказка

Раз молодой принц ехал по приморской дороге. У него было много неприятностей дома и он отправился путешествовать, чтобы развлечься. В былое время, он от тоски плакал день и ночь, и потому его прозвали Принц Слеза. Однако доктора нашли, что это очень дурная привычка и позволили ему плакать только по три раза в день: перед завтраком, перед обедом и перед ужином.

Было уже поздно; принцу хотелось поужинать, а потому он решил, по обыкновению, прежде всего поплакать. Он слез с коня и сел под деревом, но едва из его глаз выкатилось с полдюжины слезинок, как вдруг он заметил, что далеко-далеко над морем поднимаются как бы золотые купола. Принц поднялся, отер глаза и, обратившись к какому-то прохожему, велел ему позвать к себе мэра соседней деревни.

Когда мэр пришел, принц спросил его:

— Что это за купола блестят на воде?

— Принц, — ответил мэр, — эти купола покрывают дворец трех принцесс-близнецов; они крестницы одной феи и живут на пустынном острове. Дворец можно видеть только в это время дня, когда лучи заходящего солнца падают на него и он сверкает; одна из принцесс очень красива, другая — очень добра, третья — умна.

— Вот как, — заметил Принц Слеза, в глазах которого в эту минуту не было слез. — Это очень интересно. Нет ли тут парома к острову?

— Парома? Да остров так далеко, что устроить парома нельзя.

— Может быть, вы достанете мне корабль?

— Невозможно, принц; кругом острова столько скал, столько подводных камней, что к берегу можно подойти только в особенной лодке, которая называется Наутилусом. Она имеет форму бараньего рога.

— Ну так скажите, где можно найти такую лодку?

— Нигде нельзя. Есть только один Наутилус, да и тот принадлежит крестной матери трех сестер. Она нарочно велела выстроить для себя лодку в виде рога, чтобы навещать их; только она и может приставать к острову.

— Отлично, — сказал принц. — Благодарю вас.

Он отпустил мэра, снова сел на лошадь, проехал в лучшую гостиницу деревни, поужинал и лег спать.

Утром принц пролил только три слезки перед завтраком: он слишком торопился отправиться разыскивать лодку или корабль, которые переправили бы его на остров трех сестер. Он не верил мэру и думал, что все-таки найдет себе корабль.

Прежде всего он проехал к тому месту, с которого видел накануне золотые купола, но как ни всматривался в даль Принц Слеза, перед его глазами блестели только волны, освещенные лучами утреннего солнца. Чтобы заметить место, с которого он видел блестящие купола, принц вбил у подножия дерева кол; на нем он вырезал начальную букву своего имени и нарисовал слезу.

— Когда ладья будет готова, я отправлюсь с этого места.

Он поехал дальше и вскоре очутился в другой деревне. При въезде в нее сидел молодой человек и делал деревянные ведра.

Его звали Вечно-Надейся, потому что он надеялся, что один старый дядя подарит ему чудный дом, другой — землю, а старая тетка — набитого попугая, роговую табакерку и грелку. В ожидании этих подарков он делал ведра и лоханки для деревенских хозяек.

— Вероятно, этот малый умеет строить корабли, — подумал Принц Слеза, — он так ловко управляется во своими инструментами. — Не можете ли вы, — прибавил он вслух, — сделать мне Наутилус?

— А что это за штука? — спросил молодой человек.

— Это ботик в виде раковины улитки или рога барана, я сам хорошенько не знаю.

И он рассказал, зачем ему нужна такая лодка.

— Мне кажется, — прибавил принц, — что раз вы так ловко делаете деревянные ведра, вам будет не трудно построить Наутилус.

— Надеюсь, — ответил молодой человек, — но мне нужен образец, или по крайней мере, хотя бы рисунок.

— Откуда же достать их?

— Послушайте; в конце деревни живет очень ученый молодой человек, он знает все. Его зовут А.Б.В. Пойдем к нему, объясните ему, что вам нужно. Если он сделает чертеж нашей лодки — я построю вам Наутилус.

А.Б.В. учился в школе, стоявшей невдалеке от деревни. Он был там единственным учеником, поэтому учителя передали ему все свои знания. И он считался очень, очень ученым. К несчастью, у него не было ничего кроме маленького садика, и он жил бедно. Вечно-Надейся спросил А.Б.В., знает ли он ботик, о котором говорил Принц Слеза; А.Б.В. никогда не видал Наутилуса, но слышал о нем.

— Я даже знаю, где он, — прибавил молодой ученый.

— Знаете? — вскрикнул принц.

— Да. Когда фея путешествует, она оставляет свою лодку в маленьком пруду, недалеко отсюда. Теперь полнолуние, если вам угодно, мы можем все вместе отправиться туда. Рассмотрев Наутилус, я вам сделаю чертеж и маленькую модель.

— Незачем трудиться. Может быть, втроем мы унесем бот…

— Украсть! Фу! — закричал А.Б.В.

— Можно было бы взять его на время… силой, — продолжал Принц Слеза, — а потом, вернувшись из путешествия, поставить обратно.

— Нет, это тоже нечестно. Я согласен только пойти и осмотреть Наутилус.

Вечером А.Б.В. захватил складной метр, циркули и все трое отправились в путь. Через три дня молодой ученый сделал чертеж, высчитал, сколько нужно заготовить железа, дерева, полотна и канатов для постройки Наутилуса, вымерил и высчитал все размеры лодки феи.

Вечно-Надейся принялся за дело; чтобы работа подвигалась скорее, молодые люди решили, что и А.Б.В. будет помогать ему.

Принц тоже делал все, что мог, но так как он не умел работать, ему поручали носить доски, варить деготь, чтобы конопатить щели и т. д.

Молодые люди работали так усердно, что через несколько дней ботик стал походить на Наутилус феи. Надо вам сказать, что в дело вмешался еще кое-кто. Понятно, как и следовало ожидать, крестная мать принцесс знала обо всем, что происходило. Она видела, как А.Б.В. делал чертеж Наутилуса и не помешала ему, так как ей это понравилось. Она даже нашла, что дело идет недостаточно скоро, несмотря на все усилия работников, и каждую ночь посылала своих гениев помогать строить Наутилус. Когда утром Вечно-Надейся видел, что прикреплено несколько

лишних досок, хотя накануне вечером они лежали на траве, он благодарил за это А.Б.В.; между тем А.Б.В. приписывал это стараниям Вечно-Надейся, и низко кланялся ему. Думая, что он шутит, Вечно-Надейся принимал его благодарности. На следующий день роли менялись. На принца же никто не обращал внимания, никто даже не хвалил его за то, как он мешает деготь, и это его очень удивляло: он привык, чтобы его постоянно хвалили.

Когда, благодаря работникам феи, Наутилус был готов и А.Б.В., Вечно-Надейся и Принц Слеза полюбовались лодкой, они решили как можно скорее спустить ботик на воду. Сказано — сделано.

В тот же день Наутилус грациозно покачивался на волнах; три товарища вошли на палубу ботика. Для того, чтобы решить, куда следует направиться, принц предложил проплыть к тому самому дереву, близ которого он воткнул кол. Так и сделали. Солнце начинало опускаться к морю, и золотые купола виднелись вдали над лазоревыми волнами.

Тут Принц Слеза (кстати, с тех пор, как он принялся за постройку ботика, он не проронил ни одной слезы) поблагодарил А.Б.В. и Вечно-Надейся и, обещав им рассчитаться с ними по возвращении, хотел отпустить их на все четыре стороны.

— Неужели вы желаете, — сказал ему Вечно-Надейся, — один отправиться на остров?

— Да, — ответил принц, — я изучил направление ветров и течений. Мне никого не нужно.

— Прекрасно, — закричал АЛхВ. — Уж не думаете ли вы, что мы работали, а вы будете пользоваться нашими трудами? Мы позволяли вам носить доски и варить деготь, а теперь мы, пожалуй, согласимся взять вас с собою. Только постарайтесь приносить пользу. Итак, если вам очень хочется, беритесь за весло. Вечно-Надейся возьмет другое, я же сяду на руль.

Хотя с принцем поступили не особенно вежливо, ему пришлось согласиться; все же в глубине сердца он сердился за то, что его с первого места переместили на последнее.

От берега отплыли; некоторое время все шло довольно хорошо. Благодаря ловкости А.Б.В. странная ладья скользила между подводными камнями. Но скоро все изменилось. Дело в том, что фея, занятая чем-то другим, не заметила, что лодка, сделанная по образцу ее Наутилуса, уже очутилась на воде. Узнав это, она стала невидимой и пошла за ботиком, еле касаясь ножками верхушек волн. Она призвала к себе на помощь водяных духов, а также тритонов и наяд, живущих в море; одни из них принялись дуть в паруса ботика, другие стали толкать его снизу,

и вскоре он изменил направление. Напрасно А.Б.В. правил ко дворцу, блестящие стены которого как бы манили к себе путешественников. Наутилус все поворачивался на одном месте как волчок и не подвигался вперед. Лукавая фея смеялась, видя выражение досады на лицах несчастных плавателей; между тем блестящий дворец мало-по-малу тонул в сумраке, они же удалялись от острова трех принцесс.

— Этот А.Б.В. не умеет править, — подумал принц. — Как ужасно попасть в руки неумелого человека! По его милости наш ботик разобьется о подводные камни. Будь я один, Наутилус шел бы иначе.

Но он молчал; тем не менее А.Б.В., вероятно, угадал его мысли и предложил ему сесть на руль. Принц передал А.Б.В. весло и сел править. Но что ни делал он, чтобы направить ботик к острову, ничего не выходило. После принца на руль сел Вечно-Надейся, но и ему посчастливилось не больше; наконец молодые люди предоставили Наутилусу нести их, куда ему вздумается.

И едва плаватели перестали грести и работать рулем, как ботик быстро помчался к отдаленному острову, на который падали последние лучи солнца.

Скоро совсем стемнело, но лодка продолжала скользить между подводными камнями, точно ее вела невидимая рука и, действительно, фея направляла Наутилус. Три путешественника находили такое плавание опасным, но знали по опыту, что им ничего больше не остается делать. Вскоре их тревога сменилась радостью; около полуночи они увидели купола, которые на этот раз при свете луны казались не золотыми, а серебряными. Через несколько мгновений ботик подошел к берегу, и путешественники радостно выскочили на отмель.

Идти во дворец было поздно, поэтому молодые люди тотчас же легли спать под открытым небом.

— Завтра, — сказал А.Б.В., — мы пойдем представиться принцессам.

— Ну, таким незнатным людям, как вы, нечего идти во дворец, — заметил Принц Слеза. — Я пойду один, а вы меня подождите у дверей.

— И не подумаем, — ответил Вечно-Надейся. — Мы пойдем с вами.

— Почему бы и нам не познакомиться с тремя сестрами? — прибавил А.Б.В.

Принц Слеза решил, что спорить не стоит, улегся на песок и скоро заснул глубоким сном. То же сделали и его спутники.

Проснувшись, трое закричали от ужаса. Против них сидел такой великан, какого они никогда и не видывали; он смотрел на

них и посмеивался; у него было совсем черное лицо и между его красными губами виднелись два ряда громадных белых острых зубов. Это был исполинский негр. Путешественники думали, что великан хочет съесть их и радуется при виде такой неожиданной добычи. Они были уверены также, что он сторож трех принцесс.

Они ошиблись. Прежде всего, они были не на острове сестер-близнецов, а на другом, новом. Фея внезапно выдвинула его из глубины морской, чтобы обмануть их. Кроме того великан, ее приятель, был совсем не так кровожаден, как казался. В это самое утро она попросила его оказать ей одну большую услугу. Увидев трех путников, фея решила женить их на трех принцессах и, обращаясь к великану, сказала:

— Один из них — деревенский ученый, который воображает, что он умнее всех на свете; другой ждет подарков от своих родных и в надежде на это работает только, чтобы не умереть с голода; третий — принц. Он думает, будто все в мире создано для его удовольствия. Товарищи уже дали ему хороший урок, который, надеюсь, принесет ему пользу. Пожалуйста, постарайся окончательно избавить их от тщеславия и самомнения, и когда это будет сделано, подними над твоим замком флаг цвета пламени. Тогда и я приду сюда.

Когда молодые люди немного оправились от страха, принц спросил великана: где они — на острове трех сестер или нет?

— На острове трех сестер? Такого не знаю, — ответил негр. — Вы на моем острове.

— Вот как! — сказал Принц Слеза самым вежливым тоном, — вот как! Простите, господин великан, за нашу бесцеремонность. Позвольте нам проститься с вами и снова сесть в нашу лодку.

— Ее здесь больше нет, — посмеиваясь, ответил великан, — ее увела фея.

Дело принимало положительно дурной оборот.

— Как же мы отплывем с острова? — спросил А.Б.В.

— Вы останетесь здесь.

— Останемся? — в свою очередь вскрикнул Вечно-Надейся, начинавший терять надежду, — а кто же будет вместо меня делать ведра?

— Ну, если вы хотите работать, для вас найдется дело, но так как вы не умеете себя вести, я вам дам дядьку.

Сказав это, он свистнул. Явился новый великан, почти такой же безобразный как он и еще на полфута выше его. Негр приказал им идти за дядькой, и они беспрекословно послушались. Они не ели с утра предыдущего дня, так как торопились докончить свой Наутилус, а потому теперь сильно проголодались. Итак, когда дядька спросил их, хотят ли они есть, молодые люди очень

обрадовались.

Они сказали, что очень голодны, и великан вынул из кармана ржаной колос, подал его своим воспитанникам и сказал:

— Посадите зерна этого колоса в землю; вырастет рожь; когда появятся колосья, нальются и поспеют, сожните рожь, вымолотите колосья, смелите зерна и сделайте себе хлеб.

— Да мы сто раз умрем раньше, чем зерна пустят ростки! — крикнул Вечно-Надейся.

— Ну, ну, здесь совсем незачем есть так часто, как обыкновенно. Это дело привычки. Только жадные выдумали есть по три-четыре раза в день. Если вы хотите есть через шесть месяцев, не теряйте времени и посадите ржаные зерна. Поливайте их водой источника, который течет по ту сторону острова, но так как воду неудобно носить горсточками, можете вместо ведер употреблять желуди дубов; знаете, можно брать их чашечки. Это очень удобно; вы сделаете из них ложки. Нужно только выбрать желуди, на которых еще остались веточки.

Шесть месяцев голодать! Молодые люди закопали зерна в землю, как им было приказано. Потом они отправились отыскивать ручей. До него было с версту. Им приходилось приносить приблизительно по одной капле. Можете себе представить сколько раз они ходили взад и вперед, чтобы доставить зернам достаточно влаги. Впрочем, надо сказать, что принц обильно поливал их слезами.

Следовало бы думать, что раз доктора позволили ему плакать только перед едой, он совсем не плакал, так как не завтракал, не обедал, не ужинал. Наоборот: теперь он проливал слезы с утра до ночи, плакал, идя за водой, плакал, возвращаясь от ручья, плакал во время отдыха, а может быть, плакал даже во сне. Но мало-помалу он понял, что плакать не стоит, тем более, что ростки уже проросли и зернам не нужно было особенно много влаги. Принц решил лучше заниматься раздумьем и размышлениями.

Хотя молодые люди не обедали, они продолжали отлично чувствовать себя, но были страшно голодны.

Принц Слеза, голодавший первый раз в жизни, сперва жалел только себя. Но подумав, что множество людей на земле страдают каждый день таким же образом без надежды получить через несколько времени прекрасную жатву, он стал глубоко жалеть их. Теперь принц старался придумать, как он будет облегчать страдания бедняков, если когда-нибудь вернется в свое королевство, и его слезы высыхали; он находил бесчестным плакать о себе, когда такая большая часть человечества страдает постоянно.

Почти такие же мысли шевелились в уме его двух товарищей.

А.Б.В. старался придумать, как устроить счастье всех людей на земле, а Вечно-Надейся решил, вернувшись на родину, поделиться с бедняками теми подарками, которые он надеялся получить.

Когда рожь выросла и поспела, три товарища сжали ее; камнями они смололи зерна, потом сделали хлеб и испекли его в золе. Можно себе представить, как они обрадовались, когда хлеб испекся! Он казался таким вкусным, с хрустящей корочкой! К несчастью, этот хлебец был не больше пятикопеечного маленького розанчика, и три друга скоро поняли, что насытиться может только один. Если бы что-нибудь подобное случилось за год перед тем, они, вероятно, стали бы спорить, но общее несчастье так изменило их, что ни один из трех не хотел дотронуться до хлебца, которого они так долго ждали. Каждый уговаривал двух других разделить хлеб пополам. Они все еще спорили, когда огненно-красный флаг взвился над башней замка великана. В то же мгновение перед ними появилась фея. Она улыбалась. Подняв хлебец, который три товарища по несчастию не тронули, она сделала им знак идти за нею и отвела их в замок. Там стоял накрытый стол, уставленный великолепными кушаньями. Молодые люди ели с большим аппетитом, но особенное удовольствие доставил им хлебец, сделанный их собственными руками; фея положила его на середину стола на золотое блюдо. После обеда фея отвела их в большую комнату, все стены которой были сверху до низу заставлены книгами.

— Вы стали славными молодыми людьми, — сказала она, — вы способны жертвовать собой и отказываться для других от необходимого; но это еще не все. Я хочу, чтобы вы сделались очень учеными. Даже А.Б.В. нужно многому поучиться. Учитесь же, я каждый день буду приходить заниматься с вами. Когда я найду, что вы достаточно образованы, я скажу, чего жду от вас.

Молодые люди принялись усердно заниматься. Каждое утро фея приходила к ним, спрашивала, что они читали или что узнали накануне, и была довольна их успехами. Наконец однажды (было первое мая и стояла чудная погода) фея приняла вид бабочки (это был самый нарядный ее туалет) и сказала им:

— Вы научились всему. Переоденьтесь и идите за мною.

Молодые люди прошли в соседнюю комнату, где лежало великолепное, вышитое золотом и серебром платье, потом вернулись к фее и она отвела их к берегу моря. Подле берега покачивался Наутилус, не тот, который они выстроили, а чудная лодочка феи. Они вошли в нее со своей покровительницей и через несколько часов пристали к другому острову. Увидев дворец с золотыми куполами, они поняли, что он принадлежит трем

сестрам-близнецам; фея велела им высадиться на землю.

— Прежде всего я скажу вам, что задумала. У меня три прелестные крестницы; если хотите, они сделаются вашими невестами.

Все трое сказали, что им очень приятно жениться на ее крестницах.

— Одна из них красавица — продолжала фея, — другая замечательно добра, третья очень умна. Я их люблю одинаково, вас же всех троих нахожу хорошими. Итак, пусть судьба решит, кому из вас достанется та или другая невеста.

Она наклонилась, сорвала три травинки: одну длинную, другую покороче, третью совсем коротенькую. Спрятав их в свой маленький кулачок и выставив только их кончики, фея протянула руку молодым людям.

— Возьмите, — сказал она, — тот, кому попадется самая длинная травка, выберет себе красивую, добрую или умную невесту; тот, кому попадется совсем коротенькая, возьмет оставшуюся невесту.

Самая длинная травка попала в руки Вечно-Надейся.

— Какую же из моих крестниц выберете вы? — спросила фея.

— Добрую, — без колебаний ответил бывший фабрикант деревянных ведер.

— А вы? — спросила фея А.Б.В., который по жребию мог выбирать после него.

— Я хочу жениться на умной.

Принцу пришлось взять красавицу, но он скоро утешился, решив, что красавица королева будет украшением трона, и что крестница феи не может быть ни особенно злой, ни глупой.

Действительно, когда через несколько минут женихов ввели в залу, где их ждали три принцессы, принц, А.Б.В. и Вечно-Надейся увидели, что сестры-близнецы все три одинаково красивы.

— Они также очень добры и умны, — сказал фея, — это произошло оттого, что они долго жили вместе. Добро «заразительно», как и зло.

В заключение скажу вам, что в двух соседних государствах бы-ли два незанятые трона; их короли отказались от правления, находя это слишком беспокойным делом. Фея сделала королями А.Б.В и Вечно-Надейся. Принц Слеза, который решил бросить свое прозвище, вернулся к себе и стал править государством, только и думая о счастии своих подданных. То же делали и его бывшие товарищи.

ТРОСТНИКОВАЯ ШАПОЧКА

Английская сказка

У одного богатого купца были три дочери, и как-то раз он решил узнать, сильно ли они любят его. Он спросил первую:

— Как ты меня любишь, дорогая?

— Как собственную жизнь, — ответила она.

— Хорошо, — сказал старик. Он спросил вторую:

— Как ты любишь меня, дорогая?

— Больше всего на свете, — сказала девушка.

— Отлично, — заметил он. — А как ты меня любишь, моя младшая дочка?

— Я? Я люблю тебя, как свежее мясо любит соль, — ответила она.

Он рассердился и сказал:

— Значит, ты совсем меня не любишь. Уходи же из моего дома. Он выгнал ее и захлопнул за ней дверь.

Девушка ушла… Долго бродила она по свету, наконец пришла к болоту. Близ его берега она собрала тростники и сплела из них плащ с капюшоном. Теперь тростниковая одежда с ног до головы окутывала ее и скрывала ее нарядное платье. После этого она опять пошла дальше, шла все шла и наконец, увидела большой дом.

— Нужна ли вам служанка? — спросила она.

— Нет, не нужна, — ответили ей.

— Мне некуда идти, — сказала девушка; —я не прошу жалованья и готова исполнять всякую работу.

— Хорошо, — ответили ей. — Если ты согласишься мыть посуду, сковороды и кастрюли, ты можешь остаться.

Она осталась и исполняла всякую тяжелую работу. Так как

девушка не сказала своего имени, ее прозвали Тростниковой Шапочкой.

Раз в соседнем замке назначили бал и слугам помещичьего дома позволили пойти и посмотреть, как веселятся знатные господа. Тростниковая Шапочка сказала, что она устала и не пойдет в замок.

Когда же все ушли, она сняла с себя тростниковую одежду, вычистила свое платье, вымылась и вскоре явилась в бальный зал.

На балу ее увидел сын помещика, у которого она служила, и кроме нее не захотел ни с кем танцевать. Раньше конца бала Тростниковая Шапочка тихонько вышла из залы и вернулась домой. Когда пришли остальные служанки, она уже лежала и притворялась спящей.

На следующее утро подруги сказали ей:

— Напрасно ты не пошла с нами, Тростниковая Шапочка.

— А кто там был? — спросила она.

— Очень красивая дама, одетая нарядно и хорошо. Наш молодой господин танцевал с ней одной.

— Жалко, что я ее не видала, — сказала Тростниковая Шапочка.

— Сегодня бал в другом замке. Может быть, она опять придет, — сказали они.

Вечером Тростниковая Шапочка снова объявила, что она устала и не пойдет в замок. Когда же служанки ушли, она сбросила с себя тростниковую одежду и пошла на бал. И опять сын ее господина только и танцевал с нею. Раньше конца бала она вернулась домой.

— Жаль, что ты не видала этой дамы; она опять была на балу, — сказали ей служанки.

— Я хотела бы посмотреть на нее, — заметила Тростниковая Шапочка.

— Ну, — сказали служанки, — сегодня бал в третьем замке, пойдем с нами; она, конечно, опять придет.

Вечером Тростниковая Шапочка снова отговорилась усталостью и, когда ее подруги ушли, отправилась на бал.

Сын помещика танцевал только с нею и, когда она отказалась сказать ему свое имя и назвать место, где она живет, он дал ей перстень и объявил, что умрет от горя, если не увидит ее больше.

И все-таки до конца бала Тростниковая Шапочка выскользнула из замка. Когда служанки пришли, она лежала в своей тростниковой одежде с закрытыми глазами.

На следующее утро подруги сказали ей:

— Вот, Тростниковая Шапочка, вчера ты не пошла с нами, а теперь тебе не удастся увидеть этой красавицы, потому что балов

больше не будет.

Хозяйский сын повсюду отыскивал незнакомую красавицу, но никто не знал ее. Вскоре он заболел и ему становилось все хуже; наконец он слег.

— Сварите ему кашу, — сказала хозяйка дома кухарке. — Он совсем ослаб, а каша подкрепит его.

Кухарка стала варить кашу. В это время вошла Тростниковая Шапочка.

— Что ты тут делаешь? — спросила девушка.

— Я варю кашу для нашего молодого господина. Он совсем ослабел и только и думает, что об исчезнувшей красавице.

— Дай, я сварю кашу, — сказала ей Тростниковая Шапочка.

Кухарка долго отказывалась, наконец согласилась и Тростниковая Шапочка сварила кашу, а когда она была готова, опустила в нее перстень. Кашу унесли наверх.

Молодой человек съел кашу и вдруг на дне тарелки увидел кольцо.

— Пошлите за кухаркой, — сказал он. Кухарку привели.

— Кто варил эту кашу? — спросил он.

— Не я, — ответила кухарка.

— Нет. — Он посмотрел на нее и сказал: — нет, не ты. Скажи кто, я не рассержусь на тебя.

— Ну, хорошо, я скажу правду; кашу варила Тростниковая Шапочка.

— Пошли сюда Тростниковую Шапочку, — сказал он. Девушка пришла.

— Ты варила кашу? — спросил он.

— Да, — ответила она.

— Откуда ты взяла кольцо?

— Из рук того, кто мне его дал.

— Кто же тогда ты?

— Я покажу тебе, — сказала она, сбросила с себя тростниковый плащ и явилась в своем богатом наряде.

Молодой человек поправился; назначили день их свадьбы. Решили устроить великолепный пир и созвали на праздник всех соседей. Пригласили и отца Тростниковой Шапочки. Но она никому не объявила своего имени.

Перед свадьбой она пошла к кухарке и сказала:

— Приготовь все кушанья хорошо, но не клади в них ни одной крупицы соли.

— Да ведь будет ужасно невкусно, — заметила кухарка.

— Ничего, — проговорила она.

— Слушаю-с, — сказала кухарка.

Пришел день свадьбы. Жениха и невесту обвенчали.

Вернувшись из церкви, все сели за стол, но никто не мог есть кушаний, так они были безвкусны без соли. Отец Тростниковой Шапочки попробовал сначала одно блюдо, потом другое и вдруг заплакал.

— Что с вами? — спросил его новобрачный.

— Ах, — ответил старик, — у меня была дочь, и я спросил ее, как она меня любит, а она ответила: как свежее мясо любит соль. И я выгнал ее за это из дома, думая, что она меня совсем не любит. Теперь же я вижу, что она любила меня больше других дочерей. Я ничего о ней не знаю, может быть, она умерла.

— Нет, отец, вот она, — сказала Тростниковая Шапочка, подошла к нему и обняла его.

ЖАДНАЯ ХОЗЯЙКА

Японская сказка

В одну деревенскую гостиницу зашел бродячий торговец. Он нес большой мешок и коробку с товарами. Жадная хозяйка гостиницы увидала товары и захотела завладеть ими. Она отвела торговца в комнату, а сама побежала к мужу за советом.

— Ты хочешь, чтобы товары стали твоими? — спросил хозяйку муж. — Это очень легко сделать. Нарви травы мега, свари ее и подложи в еду, которую ты подашь торговцу на ужин. Кто отведает травы мега, тот все забывает. Вот и торговец забудет о своих товарах.

Хозяйка так и сделала: пошла в сад, нарвала там травы мега, сварила ее и подложила во все блюда.

Торговец съел ужин и ничего не заметил. Только голова у него немножко закружилась и захотелось спать. Он пошел к себе в комнату, лег и сразу заснул. Утром он проснулся еще до рассвета и ушел из гостиницы. Жадная хозяйка тотчас же бросилась в его комнату. Но комната оказалась пустой!

— Напрасно я варила твою траву мега! — закричала хозяйка мужу. — Торговец ушел и ничего не забыл!

— Не может быть! — удивился муж. — Кто поест травы мега, обязательно что-нибудь забудет. Поищи хорошенько!

Хозяйка опять пошла в комнату, где ночевал торговец, опять все осмотрела и ничего не нашла.

Но вдруг она хлопнула себя по лбу и закричала на весь дом:

— Забыл! Забыл!

— Что забыл? — спросил ее муж.

— Заплатить! Заплатить забыл!